
BAEDEKER
N
NOR-
WEGEN

WILLKOMMEN BEI BAEDEKER!

Diesen Magischen Moment in Norwegen möchte ich Ihnen ganz besonders ans Herz legen, obwohl: Denn nicht nur einen Moment, stundenlang könnte man den Papageitauchern am Voglefelsen von Runde zuschauen, wenn sie mit einem Schnabel voll kleiner, zappelnder Fische für ihren Nachwuchs zurückkommen – **und oft genug** eine reichlich unelegante Landung hinlegen. Schließlich sind die selbst erlebten Geschichten die schönsten, um sie zu Hause zu erzählen.

Wir wünschen Ihnen lebendige Eindrücke und Zeit für das Wesentliche! Entdecken Sie mit Baedeker das Außergewöhnliche, lassen Sie sich inspirieren und gestalten Sie Ihr persönliches Programm nach Ihren Vorlieben.

Herzlichst

Ihr Rainer Eisenschmid

Rainer Eisenschmid, Chefredakteur Baedeker

◄ *Ist es früh am Morgen, spät am Abend oder vielleicht schon Mitternacht? Was macht das schon, wenn es mit der Hurtigrouten durch die Fjorde geht.*



BAEDEKER

N

NORWEGEN

»

Die Landschaft ist so schön, dass es innerlich schmerzt.

«

Liv Ullman

baedeker.com


Svalbard
Nordaustlandet
Spits-
bergen
Longyearbyen
Edgeøya
200 km
Norske-
havet
Trollfjord
Ein Amphitheater aus wilden Bergen
S. 203
Nusfjord
Das wohl schönste Dorf auf den Lofoten
S. 209
Zeitreise
zu einem uralten Handelsplatz
S. 80
6500 Inseln
und mollig warme Daunen
S. 145
Schönste Fjordlandschaft
der Welt
S. 94
Faszinierendes Spektakel
auf Norwegens südlichstem Vogelfelsen
S. 54
Spektakuläre Serpentinen,
grandiose Aussichten
S. 297
»Heimat der Riesen«
Des Norwegers liebstes Wandergebiet
S. 155
Größter Gletscher
in Europa
S. 151
Bryggen
Historisches Hanseviertel und lebendiges Zentrum der Stadt
S. 68
Historische Wasserstraße
durch wunderschöne Landschaften
S. 336
Größte Stabkirche
des Landes
S. 177
Atemberaubender Aussichtspunkt
in luftiger Höhe
S. 335
Urnes-Stabkirche
Älteste Stabkirche des Landes – und der Welt
S. 320
Schönste Stabkirche
des Landes
S. 82
Helleristninger
Eine Steinzeitliche Kunstausstellung
S. 56
Magisches Sehnsuchtsziel
Das Nordende Europas
S. 237
Nidarosdom
Kirche der Könige – und ein Bob Dylan
S. 351
Bergstaden
Alte Bergarbeitersiedlung im nahezu unveränderten Zustand
S. 304
Freilichtmuseum Maihaugen
Geschichte(n) des alten Norwegens erleben
S. 193
Nationalmuseum
Das größte Kunstmuseum Skandinaviens S. 259
Osloer Oper
Architektonisches Meisterwerk und Wahrzeichen der Stadt S. 260
Munch-Museum
»Der Schrei« – und viele weitere Werke ... S. 263
Vigeland-Park
Einzigartiges Lebenswerk eines Workaholics S. 267
Museumsinsel Bygdøy
Heimat hochkarätiger Museen S. 269
LEGENDE
Baedekers Top-Ziele
Weitere Ziele A-Z
200 km
© BAEDEKER
Nordkapp
Alta
Tromsø
Senja
Vesterålen
Harstad
Lofoten
Kjerringøy
Bodø
Helgelandküste
Mo i Rana
Vega-Archipel
Trondheim
Kristiansund
Molde
Romsdal
Runde
Ålesund
Trollstigen
Geirangerfjord
Røros
Dovrefjell
Nordfjord
Jotunheimen
Rondane
Jostedalsbre
Gudbrandsdal
Sognefjord
Lillehammer
Borgund-Stabkirche
Bergen
Hardangerfjord
Hardangervidda
Voss
Hallingdal
Valdres
Hamar
Mjøsa
Rjukan
Kongsberg
Oslo
Oslofjord
Haukelistraße
Heddal-Stabkirche
Telemarkkanal
Stavanger
Preikestolen
Setesdal
Arendal
Kristiansand
Mandal
Lindesnes
Nordsjøen
Skagerrak
SVERIGE
SUOMI
FINLAND
ROSSIJA
EESTI
LATVIJA
DK
Barencevo More
Beloe More
Stockholm
Helsinki
Helsingfors
Sankt-Peterburg
Tallinn
Göteborg
Östersjön
Bottenhavet
Murmansk
Kirkenes
Hammerfest
Kautokeino
Narvik
Kiruna
Rovaniemi
Oulu
Umeå
Luleå
Tampere
Turku
Riga
Shetland Islands
(GREAT BRITAIN)

DAS IST NORWEGEN

TOUREN

LEGENDE

Baedeker Wissen
● Textspecial, Infografik & 3D

Baedeker-Sterneziele
★★ Top-Reiseziele
★ Herausragende Reiseziele



ZIELE

HINTERGRUND

ERLEBEN & GENIESSEN

PRAKTISCHE INFORMATIONEN

PREISKATEGORIEN

Restaurants
Preiskategorien
für ein Hauptgericht

€€€€	über 300 NOK
€€€	230–300 NOK
€€	150–230 NOK
€	bis 150 NOK

Hotels
Preiskategorien
für ein Doppelzimmer

€€€€	über 1400 NOK
€€€	1000–1400 NOK
€€	600–1000 NOK
€	bis 600 NOK

ANHANG

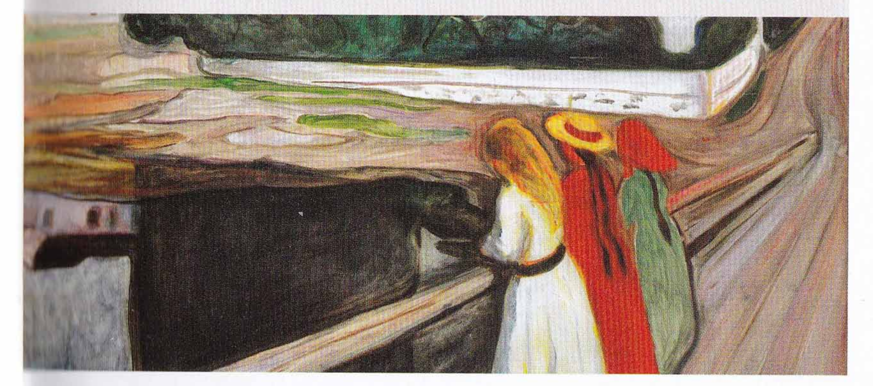


MAGISCHE MOMENTE



ÜBERRASCHENDES

Edvard Munchs »Mädchen auf der Brücke«

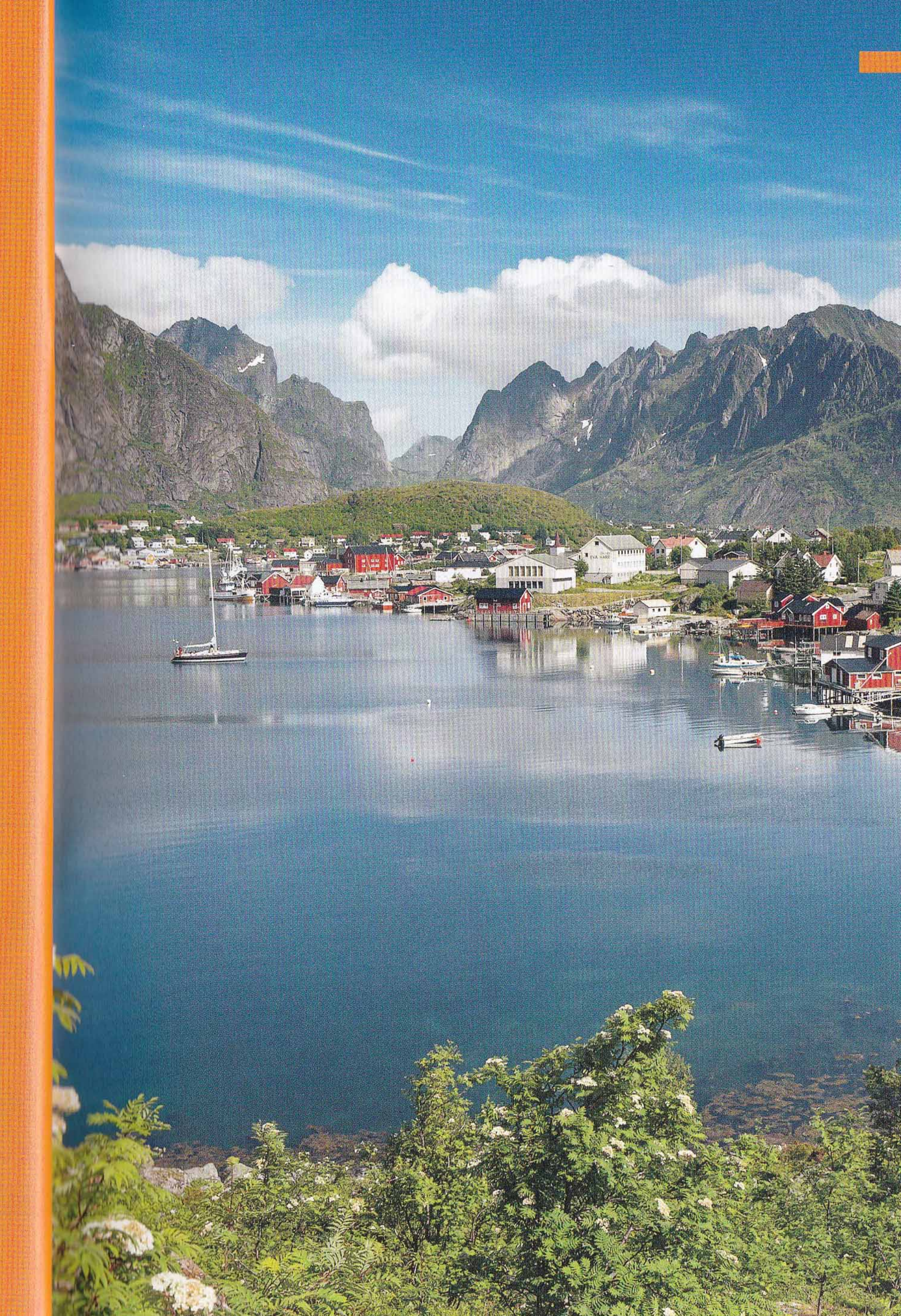


D
DAS IST …

Norwegen

Die großen Themen rund um
das Land der Fjorde, Gletscher und Berge.
Lassen Sie sich inspirieren!

Klarste Luft und unberührte Natur versprechen die Lofoten. Das Fischerdorf Reine auf Moskenesøy ist ein guter Anlaufpunkt. ►



FRILUFTS-LIV – JEDERZEIT UND ÜBERALL

Beeren pflücken, Pilze sammeln, auf Skitour gehen, wandern, die Sonne genießen, fischen, Tiere beobachten, kurzum: Spaß am Draußensein haben und einfach eine schöne Zeit genießen – das alles verstehen Norweger unter Friluftsliv.

Und auch Wintersport kann man auf den Lofoten betreiben. ►

DAS IST …
NORWEGEN

FÜR das norwegische Wort »Friluftsliv« gibt es eigentlich keine stringente Übersetzung ins Deutsche, denn es beinhaltet nicht nur eine oder mehrere Aktivitäten, es ist zugleich eine Philosophie und ein Lebensstil. Es gibt zwar Überschneidungen mit dem Outdoor-Begriff, dem aber eher der Geschmack von Abenteuer anhaftet, während Friluftsliv zu **innerer Ruhe und Stressabbau** führt. Mindestens genauso wichtig ist es, eine tiefe Verbundenheit mit der Natur aufzubauen und diese intensiv zu erleben.

Jedem sein Friluftsliv

So kann jeder den Begriff Friluftsliv auf seine ganz persönliche Art und Weise interpretieren. Das kann der Hüttenurlaub mit dem See vor der Tür und der Angel im Gepäck sein. Für andere ist es die zehnte Panoramatour über den Besseggen oder eine Wochentour mit dem Rucksack im Fjell. Auch mit dem Fahrrad auf dem Rallarvegen über die Hardangervidda fahren ist eine Möglichkeit oder mit Langlaufskiern immer neue Loipen entdecken. Man kann aber auch einfach nur sonnenbaden oder erholsame Spaziergänge machen an einem der Strände an der Südküste oder auf den Lofoten. Zeit spielt dabei keine Rolle, nur die eigene biologische Uhr zählt, so lässt sich der alltägliche Stress aus dem Körper schütteln.

Natur pur

Laut Studien sind mehr als die Hälfte der Norweger ausgesprochen aktiv, deshalb verbinden viele Friluftsliv mit einer Aktivität. Eigentlich nicht verwunderlich, denn kein anderes Land in Europa bietet so viel Natur pro Einwohner. Selbst wer in der Hauptstadt Oslo wohnt, hat es nicht weit in die ausgedehnten Wälder der Oslomark oder auf eine der Inseln im Fjord und kann dort die Natur genießen. Für viele gehören Angeln und Wandern zu den besten Möglichkeiten, die Natur zu erleben und das Gefühl von Friluftsliv zu spüren. Überall entlang der mehr als 25 000 Kilometer langen Küstenlinie, aber auch in schäumenden Lachsflüssen oder eiskalten Bergseen kann man seine Angel auswerfen. Oder man fährt mit dem Boot ein Stück auf den Fjord oder See hinaus und genießt die Stille.

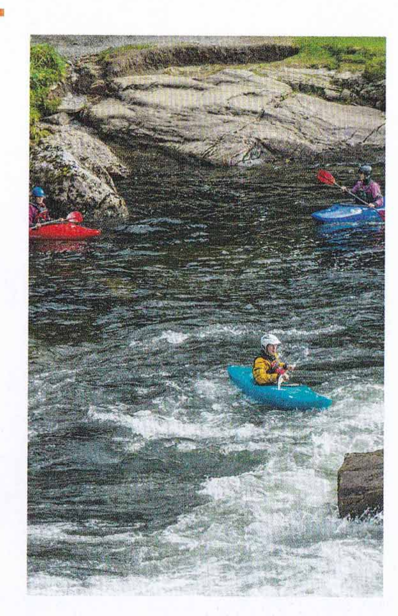
Fernab der Zivilisation

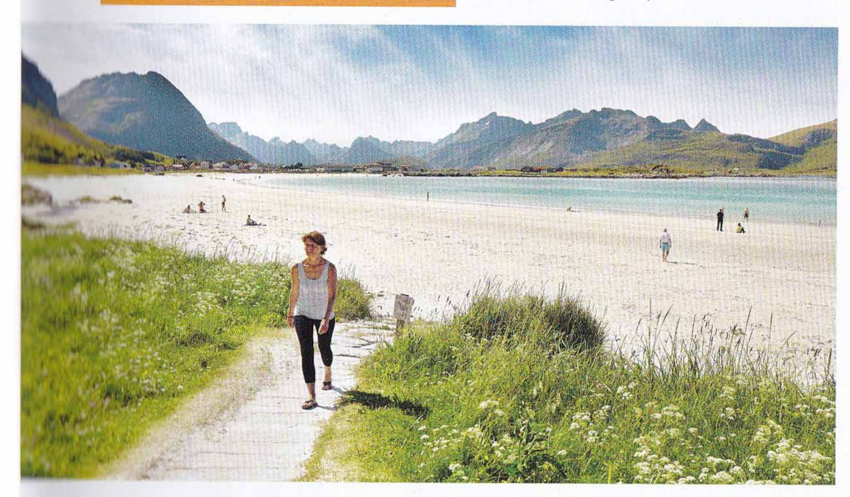
Wer genügend Zeit hat, kann ganz Norwegen durchwandern und wird am Ende jeder Etappe eine **Unterkunft des Norwegischen Wandervereins** (DNT, ► S. 445) finden. Im Abstand von vier bis neun Stunden ist es mal eine rustikale Kate mit nur ein paar Matratzen, dann wieder eine luxuriöse Berghütte mit Hotelkomfort. Kein Wunder, dass Wanderungen im Gebirge nach wie vor eine der beliebtesten Freizeitbeschäftigungen der Norweger sind.
Kaum ein Norweger hätte Verständnis dafür, wenn jeder Gipfel mit einer Seilbahn zu erreichen wäre oder Straßen alles mit jedem verbinden würden. Sie wollen sich an möglichst unberührter Natur erfreuen und sich ihre Ziele erwandern, auch wenn dies mit Anstrengung und Schweiß verbunden ist. Auch das ist Friluftsliv: Auf einem Gipfel zu stehen und den Rundumblick zu genießen – ohne eine Straße, ein Haus oder andere Spuren menschlicher Zivilisation zu sehen.



3X FRILUFTSLIV

Wählen Sie nach Ihrer ganz persönlichen Interpretation von Friluftsliv aus: 1. Bei einer Wanderung von Kinsarvik durch das Husedal kommen Sie an mehreren Wasserfällen vorbei, an denen es sich lohnt, eine Rast einzulegen und dem tosenden Wasser zu lauschen (► S. 54).
2. Nirgends lässt sich die Mitternachtssonne schöner erleben als an den Lofoten-Stränden Eggum, Unstead und Utakleiv (► S. 128).
3. Auf dem Vogelfelsen von Runde kann man stundenlang den Flugkünsten von Basstölpeln, Schmarotzerraubmöwen, Sturmmöwen oder Eissturmvögeln zuschauen oder sich an den ungeschickt wirkenden Landungen der Papageitaucher erfreuen (► S. 197).





Ob Kajakfahren in wildschäumenden Gewässern oder sich entspannt in der Karibik wähnen wie in Ramberg auf Flakstadøy: In Norwegen findet jeder sein ganz persönliches Friluftsliv.



DIE FINGER DES MEERES

Fjorde bilden die Seele der norwegischen Landschaft. Die unendliche Folge der vielfingrigen Einschnitte reicht vom Oslofjord im Süden bis zum Varangerfjord im äußersten Norden unweit der russischen Grenze. Kein Land in Europa hat solch eine lange Küste wie Norwegen, rund 25 000 Kilometer sind es, ohne Fjorde und Buchten wären es 2650 Kilometer.

◄ Der Geirangerfjord, der Fjord aller Fjorde

AUCH wenn die gesamte Küstenlinie aus Fjorden besteht, sind sie nirgendwo länger, tiefer, majestätischer, wilder und imposanter als in **Westnorwegen**, dem eigentlichen Fjordland. Diese grandiose Landschaft modellierten die Gletscher der letzten Eiszeit, sie bearbeiteten den Fels wie mit einem Riesenhobel und schufen U-förmige Trogtäler mit sehr steilen Hängen, die nach dem Abschmelzen des Eises mit Meerwasser vollliefen. Die Superlative des längsten und tiefsten Meeresarmes vereint der Sognefjord in sich, gut 200 km reichen seine Verästelungen ins Land und an der tiefsten Stelle misst er 1308 m.

Wild und unzähmbar

Das Fjordland hat es seinen Bewohnern nie leicht gemacht. Obwohl der Golfstrom genug Wärme für den Obst- und Gemüseanbau mitbringt, sind Fjorde und Fjells häufig **unüberwindbare Hindernisse**, die die Menschen seit Jahrhunderten zur Verzweiflung bringen. Auch heute noch werden die Straßen im Westen durch Wasserarme in Stücke zerteilt, die mit viel Mühe durch Fähren verbunden werden. Die Fjorde widersetzen sich auch meist erfolgreich dem Brückenbau, denn das Wasser ist oft viel zu tief für Brückenpfeiler.

Die Ufer sind so schmal und steil, dass jeder Meter Straße in den Fels gesprengt werden muss oder sich Tunnel an Tunnel reiht. Bis zum heutigen Tag schlängeln sich Autos, Wohnwagen und LKW entlang der gefalteten Fjordufer, Geradlinigkeit ist hier nicht zu verwirklichen. Den Eisenbahnbau hat man erst gar nicht ernsthaft in Angriff genommen, denn die Probleme beim Bau der Bergenbahn gaben einen Vorgeschmack auf die zu erwartenden Schwierigkeiten.

In diesem Landstrich trennen Gebirge und Wasser seit jeher die Menschen, der Nachbar wohnt am anderen Ufer des Fjords oder gar jenseits des Gletschers. Deshalb hat jedes Tal im Lauf der Zeit seinen eigenen Dialekt entwickelt, und diese kleinen Unterschiede im Tonfall verraten auch heute noch, wo jemand zu Hause ist.

Fruchtbares Land ist knapp in Fjordnorwegen, allenfalls ein schmales Stück am Ufer oder ein paar Quadratmeter, die in schwindelerregender Höhe an der Felswand kleben, bleibt den Bauern zum Leben. Heute sind viele Almen und Bauernhöfe an den Fjordufern, die nur nach abenteuerlichen Kletterpartien zu erreichen sind, verlassen; zu einsam und mühselig war den meisten Menschen das Leben.



FJORDERLEBNISSE …

… die Sie nicht verpassen sollten:
1. Die Wanderung zur Felskanzel Preikestolen und den Blick auf den grün schimmernden Lysefjord (Bild rechts; ▶ S. 335).
2. Die Aussichtspunkte an der obersten Serpentine der Adlerstraße, dem Ørnesvingen, sowie am Flydalsjuvet auf den Geirangerfjord (▶ S. 97). 3. Den Sørfjord, an dem im Mai Hunderttausende Obstbäume blühen (▶ S. 125). 4. Die nur 100 m breite Einfahrt in den Trollfjord an Bord eines Schiffes (▶ S. 203).

Mut oder Leichtsinn? Ein Ausflug zum über 600 m hohen Preikestolen über dem Lysefjord erfordert jedenfalls starke Nerven.

MAGIE DES LICHTES UND DER DUNKELHEIT

Manchen rauben die hellen Sommernächte im Norden den Schlaf, andere werden geradezu süchtig nach der Mitternachtssonne. Wenn es dann nachts wieder dunkel wird, kommt die Zeit der Polarlichter, die den Nachthimmel mit bunten Lichtschleiern überziehen.

Tiefer sinkt die Sonne heute nicht mehr auf der Nordkap-Insel. ▶

DAS IST …
NORWEGEN

JE weiter man im Sommer nach Norden fährt, desto kürzer werden die Nächte – bis man die **magische Linie des Polarkreises** auf 66,5° nördlicher Breite erreicht und ins Reich der Mitternachtssonne eintaucht. Am Polarkreis selbst geht die Sonne allerdings nur einen einzigen Tag lang nicht unter, nämlich zur Sommersonnenwende. Am Nordkap dauert die Periode der 24-Stunden-Tage dann immerhin schon von Mitte Mai bis Ende Juli.

Wenn Tag und Nacht keine Bedeutung mehr haben

Für die Menschen im hohen Norden ist diese wochenlange **Lichtdusche** die beste Kur gegen Winterdepressionen und der gerechte Ausgleich für die Polarnacht, denn die dauert genauso lang wie die Mitternachtssonne. Wenn wir nur einige Wochen im Norden verbringen, müssen wir uns erst an das permanente Tageslicht gewöhnen, einigen raubt es sogar den Schlaf. So geht es auch Al Pacino in Alaska in dem 2002 gedrehten Thriller »Insomnia«, der übrigens ein Remake des norwegischen Originals mit identischem Titel von Erik Skjoldberg ist.
Wenn Tag und Nacht keine Bedeutung mehr haben, ergeben sich **ungeahnte Freiheiten**. Für die Skandinavier ist es in dieser Zeit ganz normal, sich um Mitternacht ins Auto zu setzen und ziellos umherzufahren oder erst spätabends zu einer Wanderung aufzubrechen. Auch die spontane Verabredung zu einem Picknick am Strand, wo die Sonne eben nicht im Meer versinkt, sondern schon ein Stück über dem Wasser wieder ihren Aufstieg beginnt, ist für sie etwas ganz Selbstverständliches. Wenn die Sonne scheinbar ewig kurz über dem Horizont verharrt, taucht sie oft die Landschaft in ein magisches Licht.

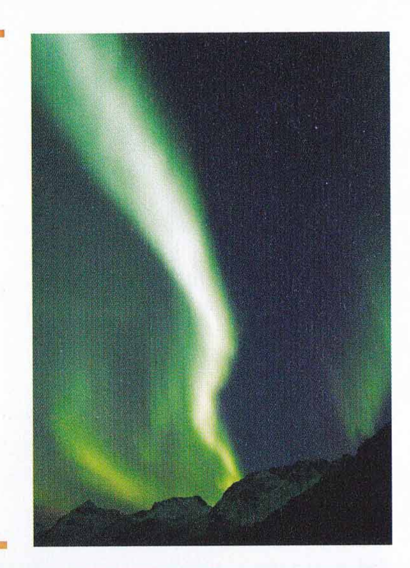
Mystische Polarlichter

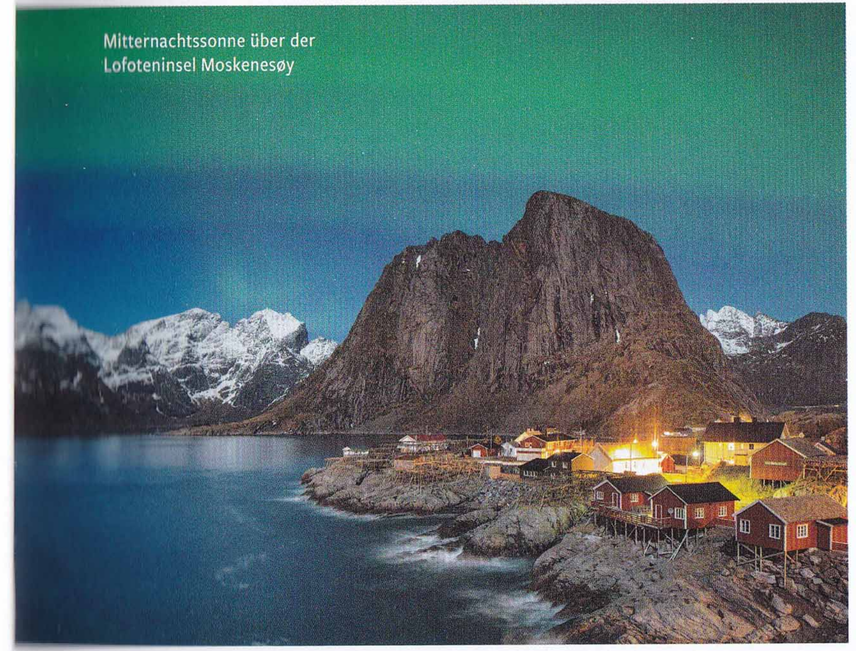
Für alle Bewohner des hohen Nordens war **der leuchtende Nachthimmel** immer mit Aberglauben, Angst und ehrfürchtigem Staunen verbunden, denn mit irdischen Maßstäben waren Polarlichter lange nicht zu erklären. Die meist grünen, aber manchmal auch blauen oder roten Lichtschleier wabern lautlos über den Himmel, verändern ständig ihre Form, stundenlang können Strahlen, Draperien, Bögen, Wolken und Wirbel über den Himmel tanzen, um dann ganz plötzlich wieder zu verschwinden oder aber auch in einer Aurora zu kulminieren, die wie eine Krone aussieht, in die man von unten hineinschaut.
Im Mittelalter galt das Polarlicht, ebenso wie das Erscheinen eines Kometen, als Zeichen für einen bevorstehenden Krieg, Hungersnöte und Seuchen. Auch in der **nordischen Mythologie** spielte es eine große Rolle, als Tanz der Jungfrauen und Walküren, als Kampf der Götter und Geister, aber auch als Botschaft gefallener Krieger an die Lebenden wurde es gedeutet.
Heute weiß man, dass all die rätselhaften Lichter am Nachthimmel auf einer Wechselwirkung zwischen Sonnenwind und dem Erdmagnetfeld beruhen. Der Sonnenwind prallt auf das Magnetfeld der Erde, staucht es zusammen und bewegt sich entlang der magnetischen Feldlinien zu den magnetischen Polen. Dabei dringen die Partikel in die oberste Schicht der Erdatmosphäre ein, wo sie auf Sauerstoff- oder Stickstoffmoleküle treffen. Dadurch wird ein Teil ihrer Bewegungsenergie in Licht umgewandelt.



AUF NORDLICHTJAGD

Mittlerweile gibt es viele spezielle Nordlichtreisen, z. B. nach Spitzbergen, Tromsø, Hammerfest, Narvik oder auf die Lofoten (s. Bild unten). Auch an Bord der Hurtigrutenschiffe haben Sie von Deck aus beste Beobachtungsmöglichkeiten. Infos unter www.visitnorway.de/aktivitaten/naturwunder/nordlicht. Wer allein auf Nordlichtjagd gehen möchte, dem hilft die App »NorwayLights« mit bis zu dreitägigen Vorhersagen.





Mitternachtssonne über der Lofoteninsel Moskenesøy

DAS IST ...
NORWEGEN

DIE SCHÖNSTE SEEREISE DER WELT

Kennen Sie die Reichsstraße Nr. 1? Sie werden sie auf keiner Straßenkarte finden, obwohl sie für viele Norweger die wichtigste Verkehrsader des Landes ist. Es ist die »Hurtigruten«, die Schifffahrtslinie, die täglich alle Hafenstädte an der Küste zwischen Bergen und Kirkenes anläuft.

◄ Ein Fest für alle Beteiligten: Zwei Hurtigrutenschiffe begegnen sich auf der Fahrt.

34 HÄFEN fahren die Schiffe auf der Strecke von Bergen bis nach Kirkenes im hohen Norden Norwegens und wieder zurück nach Bergen an. 12 Tage dauert diese klassische Hurtigrutenreise entlang **spektakulärer Küstenlandschaften**, wobei die Häfen, die auf der Hinfahrt nachts angelaufen werden, auf dem Rückweg tagsüber zu sehen sind. Man versäumt also nichts. Und damit es nicht langweilig wird, kann man während der Reise zwischen mehr als 90 Ausflügen wählen. Manche der Häfen unterwegs waren bis vor wenigen Jahrzehnten nur mit den Postdampfern der Hurtigruten zu erreichen. Vor allem im Winter waren die Schiffe oft die einzige Verbindung zur Außenwelt, denn der Golfstrom sorgt dafür, dass die Häfen bis hoch hinauf in den Norden das ganze Jahr über eisfrei bleiben. Der Küstenexpress transportiert Einheimische, die in Nachbarhäfen Geschäfte zu erledigen haben, Berufspendler, Reisende, Post, Waren und Autos.
Die Nordlandfahrt mit den Hurtigruten ist längst auch touristische Attraktion, fahren doch die Schiffe fast die ganze Zeit in Sichtweite der Küsten, sodass sich grandiose Panoramen bieten: Fjorde, Berge, Gletscher, Inseln und subarktische Vegetation ziehen auf der Fahrt nach Norden vorbei, und man kann auch – je nach Jahreszeit – die **Mitternachtssonne und das Polarlicht** erleben.

Raus aus der Isolation

Der Reeder Richard With von den Vesterålen hatte als Erster die Idee, die Küste ganzjährig mit einer Schiffslinie zu verbinden, was seinen Zeitgenossen allerdings zu gefährlich erschien. Doch With ließ sich nicht beirren und fertigte genaue Navigationstabellen an. Mit diesen konnten seine Kapitäne auch in der Dunkelheit sturmumtoster Polarnächte mit Hilfe von Uhr und Kompass präzise Kurs halten. Dann war es endlich so weit: Am 2. Juli 1893 verließ Withs Schiff **»Vesterålen«** erstmals den Trondheim-Fjord in Richtung Hammerfest – es war die Geburtsstunde der Hurtigruten. Und noch heute ist eine »Vesterålen« unterwegs, mit Baujahr 1983 nun das älteste Schiff der Flotte.



KLASSIKER UND NOSTALGIE

Hurtigruten bietet Inklusivpakete mit Vollpension und Ausflügen für die Fahrt auf der klassischen Strecke (www.hurtigruten.de). Wem diese 12 bis 15 Tage dauernden Reisen zu lang sind: Man kann auch als »normaler« Passagier in den Häfen zusteigen und eine Teilstrecke mitfahren; das Ticket löst man im Hafenbüro. Wer den Oldtimern nachtrauert, sollte das Hurtigruten-Museum in Stokmarknes auf den Vesterålen-Inseln besuchen (▶ S. 372).





Beste Aussicht auf dem Panoramadeck der »Polarlys« (oben). Die »Nordkapp« gehört zur neuen Generationn der Hurtigrutenschiffe.

Zu neuen Ufern

Die neueren Schiffe der Hurtigruten sind mit Sauna, Fitnessräumen, Gourmetrestaurants und Bars ausgestattet und machen Kreuzfahrtschiffen Konkurrenz. Die »Oldtimer« werden nach und nach ausgemustert; das bis dato älteste Schiff der Flotte, die »Lofoten«, wurde Ende 2020 verkauft und soll noch als Schulschiff Dienst tun. Neue Schiffe werden gebaut, darunter die ersten **Hybrid-Kreuzfahrtschiffe** der Welt. Hurtigruten will mit weniger umweltschädlichen Treibstoffen und einem Ökokonzept an Bord das schlechte Image als großer Klimaschädling hinter sich lassen, das der Kreuzfahrtbranche weltweit anhaftet. Das ist auch geboten, denn seit einigen Jahren hat der Konzern, inzwischen »Hurtigruten Group«, seine Aktivitäten deutlich ausgeweitet. Zwar wird die »klassische« Route entlang der norwegischen Küste von Bergen nach Kirkenes weiterhin als »schönste Seereise der Welt« beworben und ist – zu Recht – ein Dauerhit. »Hurtigruten Expeditions« bietet inzwischen mehr als 250 Ziele in 30 Ländern und Regionen, von Island über die Karibik bis in die Antarktis. Und »Hurtigruten Svalbard« gilt als größter Anbieter für Seereisen nach Spitzbergen mit einem breiten Programm vor Ort.
Der Strategiewechsel geschieht auch unter dem Eindruck eines neuen Konkurrenten: **Havila Voyages** bedient seit 2021 mit vier Schiffen ebenfalls die klassische Strecke (www.havilavoyages.com/de). Hurtigruten musste vier tägliche Abfahrten abtreten und wirbt nun mit dem Slogan »Das Original – seit 1893«.

DIE BLAUEN STUNDEN

Im Winter nach Norwegen? Da ist es doch kalt und dunkel. Das stimmt! Aber die paar Stunden fahles Tageslicht und die endlosen Sonnenauf- und Sonnenuntergänge lassen die im Kälteschlaf erstarrte Landschaft oftmals in einem ganz eigenen Licht erscheinen.

Winterliche Stimmung am Svelfjord ▶

ACHT Uhr morgens, das winterliche Oslo hüllt sich noch in Dunkelheit. Unter das fahle Licht des Mondes schleicht sich langsam eine erste Ahnung des neuen Tages. Schon lange pulsiert der Berufsverkehr auf den Straßen, die Scheinwerfer der Autos bilden eine nicht enden wollende Lichterkette, Spikes nageln im Stakkato über den Asphalt. Dann taucht im Osten der erste fahlblaue Fleck auf, kündigt den Sonnenaufgang an.
Mittlerweile ist es neun Uhr, und die Sonne erreicht allmählich den Horizont. Noch immer liegt der nächtliche Blauschleier in der Luft, bedeckt den in der Kälte knirschenden Schnee wie ein Laken. **Wie in Zeitlupe**, fast widerwillig, verwandelt sich das Dunkel der Nacht in das erste, zart rosafarbene Tageslicht.

Ein kurzer Tag zum Schwärmen

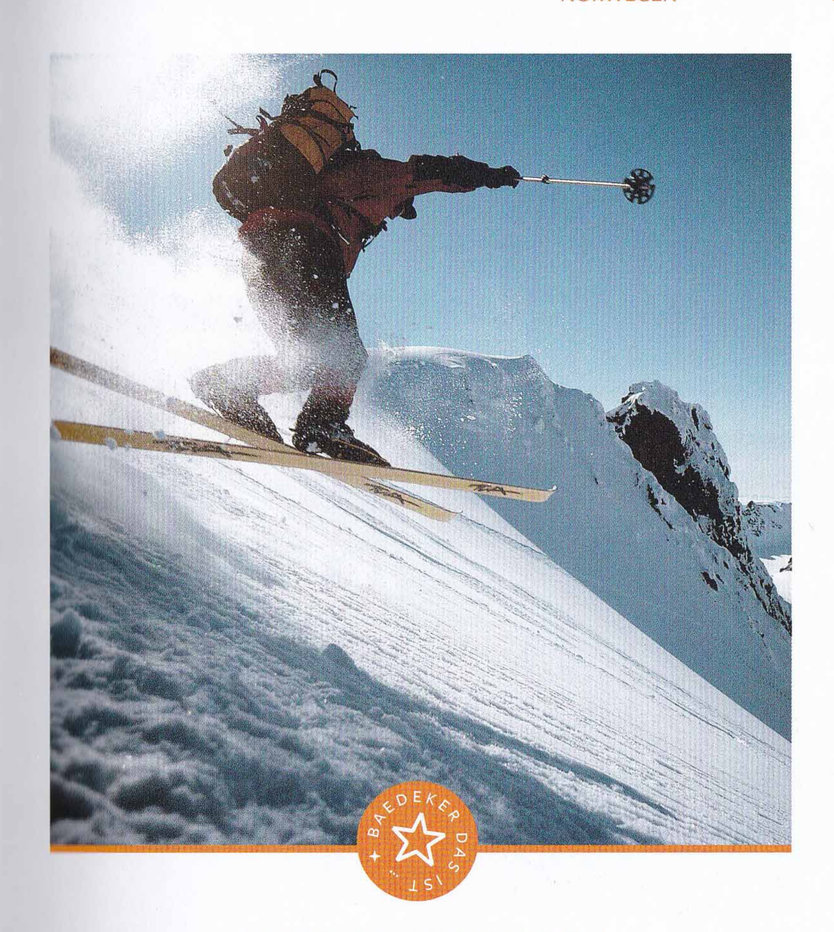
Hunderte Kilometer weiter nördlich im Rondane-Gebirge. Auch hier beginnt der Tag mit einem nicht enden wollenden Sonnenaufgang. Doch an diesem Tag verwandelt sich der Himmel für Stunden in ein **violettes, rotes und orangenes Flammenmeer.**
Die imposanten Berge im Nationalpark sind tief verschneit, die Landschaft ist starr vor Kälte. Das Thermometer zeigt minus 23 °C, doch es ist eine trockene Kälte, so wird es ein perfekter Tag, um die Langlaufskier anzuschnallen. Kaum neigt sich der Sonnenaufgang gegen Mittag dem Ende zu, beginnt schon der Sonnenuntergang mit dem gleichen Farbenspiel in umgekehrter Reihenfolge. Ein kurzer, kalter Tag, aber **ein Tag zum Schwärmen.**

Wetter und Licht im Wechselspiel

Weiter nach Norden, auf die Lofoten. Bizarre, fast 1000 m hohe Berge, die steil aus dem Meer emporsteigen, die Gipfel von mächtigen Eispanzern gekrönt, die Hänge von Schnee überzogen, doch das Thermometer zeigt nur knapp unter null. Das Meer ist eisfrei, nur einige flache Buchten sind mit bizarren Eisformationen überzogen. Mal schneit es in dicken Flocken, und die Sicht beträgt kaum zehn Meter, doch plötzlich reißt die Wolkendecke auf und die tief stehende Sonne taucht die Landschaft in ein **unwirkliches Licht**.
Die Luft ist so klar und rein, dass selbst die Berge auf dem Festland jenseits des Vestfjords zum Greifen nahe scheinen. Am Horizont schon wieder die nächste Schneewand, fast schwarz nähert sich der Vorhang, verbreitet düstere Weltuntergangsstimmung. So geht es den ganzen Tag, mit atemberaubender Schnelligkeit wechseln das Wetter und die Lichtstimmungen.

Mensch und Tier im Winterschlaf

Wer einen ganzen langen Winter im Norden verbringt, empfindet die Dunkelheit jedoch nicht immer als magisch, sondern träumt von den langen, hellen Sommernächten und tröstet sich in der Zwischenzeit manchmal mit Hochprozentigem.
Nicht nur Tier- und Pflanzenwelt halten Winterschlaf, auch die Menschen leben **auf Sparflamme** und wagen sich nicht so häufig vor die Tür, wie sie es im Sommer tun, wenn die Tage scheinbar nie enden.



MIT SKIERN AN DEN FÜSSEN

Ein Sprichwort behauptet, dass die Norweger mit Skiern an den Füßen geboren werden. Machen Sie es wie die Einheimischen und gehen Sie am Wochenende auf Skitour. Wie wäre es z. B., den winterlichen Städtetrip nach Oslo mit einem Skilanglaufurlaub zu kombinieren? Sie werden staunen, wie viele Osloer mit ihren Skiern in die Holmenkollenbahn steigen. Die Loipen beginnen jedenfalls schon bei den letzten Häusern. Mit öffentlichen Verkehrsmitteln ist man in weniger als einer Stunde am Holmenkollen oder in Frognerseteren. Das Angebot an Loipen ist überwältigend, mehr als 2000 km werden rund um Oslo markiert und präpariert (►S. 277).

T
TOUREN

Durchdacht, inspirierend, entspannt

Mit unseren Tourenvorschlägen
lernen Sie Norwegens beste Seiten kennen.

Stopover in Kjerringøy,
Etappenhafen auf der Hurtigruten ▶

UNTERWEGS IN NORWEGEN

Kein Land für Raser

Norwegen ist ein großes und vor allem langes Land. Die Täler, Fjorde, Gebirge und Gletscher sind seit Menschengedenken **gewaltige Hindernisse**. Die äußerst disziplinierte Fahrweise der Norweger und die drastischen Strafen für Temposünder sorgen ebenfalls für ein ungewohnt gemütliches Reisetempo. Deshalb sollte man schon vor Reisebeginn die **Route sorgfältig auswählen** und genügend Reserven für Abstecher, Wanderungen und den einen oder anderen Schlechtwettertag einplanen. Wer zum Nordkap möchte, sollte mindestens vier Wochen Zeit mitbringen, ansonsten bleibt kaum Zeit für Sehenswürdigkeiten abseits der E 6. Benzin ist in Norwegen extrem teuer, hinzu kommen **Maut- und Fährgebühren**.

Touristenstrecken

Als **Nationale Touristenstrecken** durch grandiose Landschaften erschließen 18 markierte Strecken die Schönheiten Norwegens und mit kulinarischer Infrastruktur ausgestattet. So geht die »Matroute« über das Sognefjell zu Produzenten regionaler Lebensmittelspezialitäten. Der »Gamle Strynefjellsvegen« und die »Trollstigen-Geiranger«-Route führen vom nördlichen Gudbrandsdal nach Westnorwegen, und auf Auf 71 Grad nördlicher Breite endet die Havøysund-Straße im kleinen Fischerdorf, dessen Namen sie trägt. Das Netzwerk der Nationalen Touristenstraßen wird ergänzt von markierten **Themenrouten**. Hierzu gehört etwa die Kulturdenkmalroute »Stabkirchen am Sognefjord«. Die 160 km lange Route führt zu neun Kulturdenkmälern, darunter die typischen norwegischen Stabkirchen in Borgund, Kaupanger, Undredal, Urnes und Hopperstad.

www.nasjonaleturistveger.no

Verkehrsmittel

Natürlich kann man Norwegen auch mit öffentlichen Verkehrsmitteln erkunden, aber das **Auto** eröffnet doch erheblich mehr Möglichkeiten für Abstecher zu abgelegeneren Sehenswürdigkeiten. Wichtig sind die **Wanderstiefel**, denn an vielen Stellen ergeben sich Gelegenheiten für kürzere oder längere Touren, auf denen man die grandiose Natur intensiv erleben kann. Radtouren sollte man wegen der stark gegliederten Landschaft genau planen. Ein Paradies für **Radfahrer** sind die Lofoten und Vesterålen: Hier kann man zur Mitternachtssonne fast ohne Steigungen das grandiose Bergpanorama genießen.

Der Süden

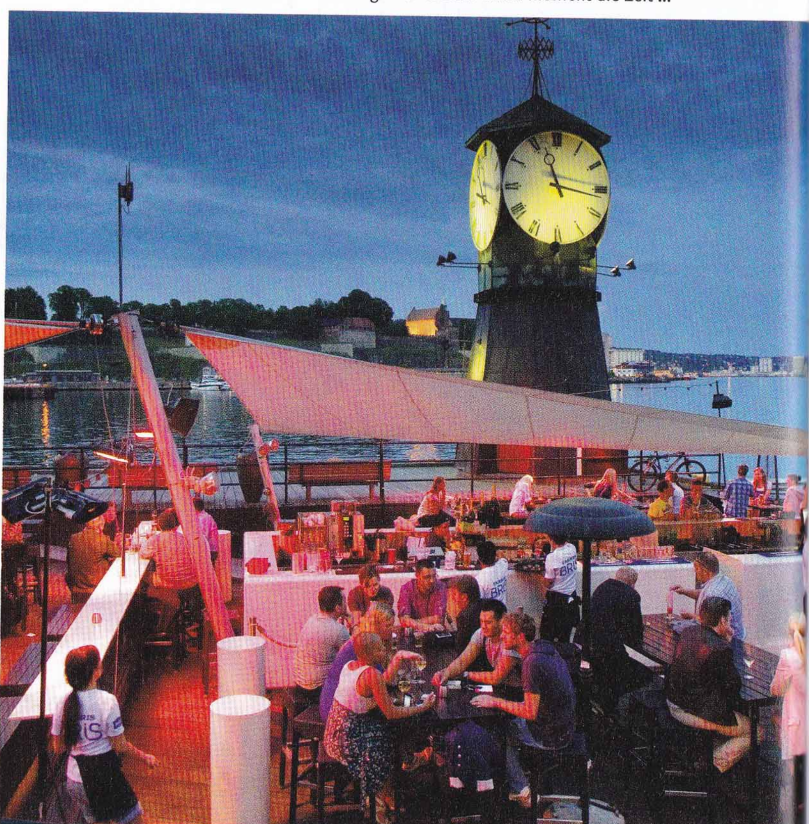
An der Südküste, auch gerne überschwänglich »norwegische Riviera« genannt, warten **die schönsten Sandstrände**, kleine Buchten und Schären mit blanken Felsen. In dieser verschlungenen Wasserwelt er-

TOUREN
UNTERWEGS IN NORWEGEN



öffnet ein Boot ungeahnte Freiheiten. Mit dem Beginn der norwegischen Sommerferien füllen sich Orte wie Risør, Tvedestrand, Arendal oder Mandal im Handumdrehen mit Urlaubern, ohne dass der Trubel überhand nimmt. So ist es fast nie ein Problem, noch ein ruhiges Fleckchen am Meer zu finden. Im Landesinnern wartet ein Traumurlaub auf diejenigen, die die Einsamkeit suchen, denn hier gibt es sie wirklich, die Hütte direkt am See – und soweit das Auge reicht nur Natur. Das Wasser dieser kleinen Seen ist oft wärmer als das Meer – herrlich!
Wie eine Perlenkette ziehen sich die **Gebirge** durch das südliche Norwegen: Setesdalsheiene, dann die Hardangervidda, Jotunheimen, Dovrefjell und Rondane. Hier findet man die höchsten Berge Skandinavi-

Oslo ist Ausgangspunkt gleich zweier Routen. Genießen Sie hier einen stimmungsvollen Start Ihrer Tour – und vergessen Sie für einen Moment die Zeit ...



ens, wild gezackte Gipfel und Gletscher, karge und **baumlose Hochebenen**. Schon vom Auto aus wirken die norwegischen Fjells imposant, eine Überquerung der Hardangervidda auf der RV 7 zwischen Eidfjord und Geilo, die Fahrt durchs Jotunheimen über die Valdresflya (RV 51) oder die RV 55 zwischen Skjolden und Lom über das Sognefjell zählen zu den schönsten Panoramarouten. Irgendwann sollte man aber den Wagen stehen lassen und **wandern gehen**.

Der Westen

Der Westen des Landes wird von zahllosen Fjorden durchschnitten. Fahren wird hier zur Geduldsprobe, denn die Straßen sind oft eng, von Tunneln unterbrochen und auf Wohnwagen-Gespanne und Wohnmobile wartet Millimeterarbeit. Eine der schönsten Jahreszeiten für Urlaub in Westnorwegen ist der **Frühling**, denn dann blühen am Fjord schon die Obstbäume und auf den Bergen liegt noch der Schnee. Baden in den Fjorden ist zu dieser Jahreszeit nur etwas für Abgehärtete.

Der Norden

Im Sommer erstrahlt der Norden im Licht der Mitternachtssonne, die Landschaft erglüht in warmen Farben. Im dünn besiedelten Nordland ist man oft noch allein mit einer gewaltigen **Urlandschaft**, kann an wilden Küsten entlangstreifen, in lachsreichen Flüssen angeln oder das karge Hochplateau der Finnmarksvidda erkunden.

NORWEGENS SONNENSEITE

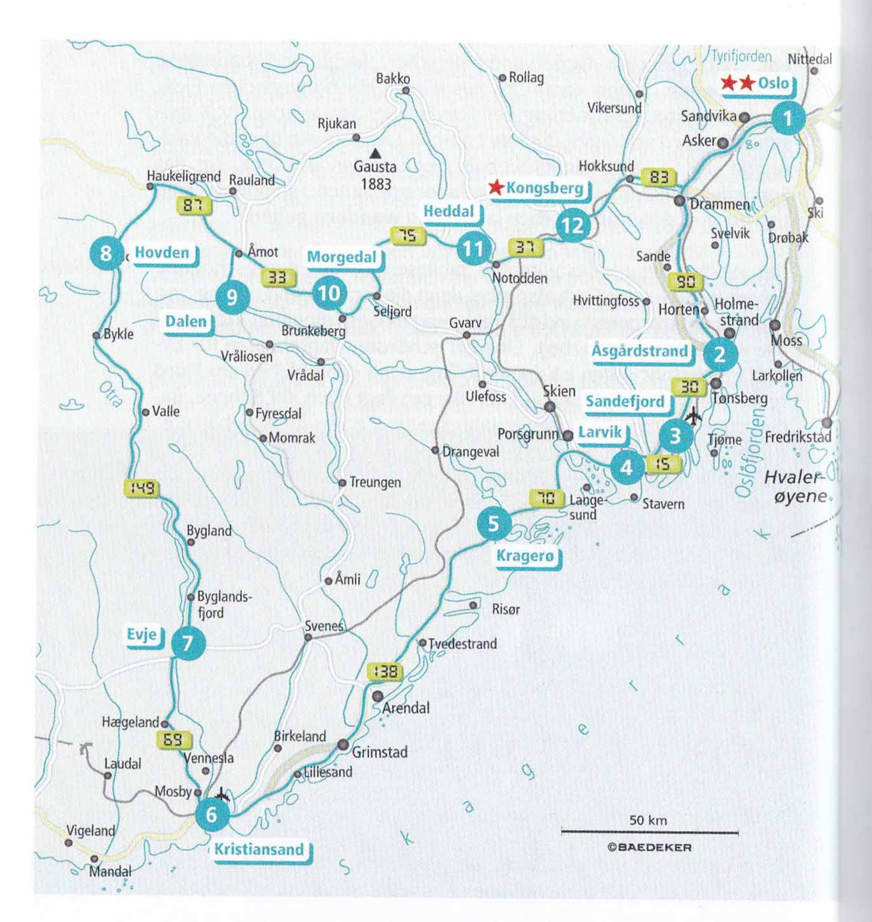
Länge der Tour: 876 km | **Dauer:** 6 Tage

Tour 1

Im Sommer zählt die Südküste wegen ihrer schönen Strände zu den beliebtesten Urlaubsregionen Norwegens. Auch wer nicht unbedingt baden will, erlebt auf dieser Rundtour das Land von seiner Sonnenseite: Auftakt ist in Oslo, es folgen interessante Museen, Gelegenheit zum Raften, Mineraliensammeln und ein Besuch in der berühmten Stabkirche von Heddal.

Oslo als Aperitif

Nach der Erkundung von Norwegens Hauptstadt 1 ★★ **Oslo**, wofür Sie zwei bis drei Tage einplanen sollten, geht es auf der zur Autobahn ausgebauten E 18 nach Drammen, das man getrost links liegen lassen kann. Das kleine, ruhige 2 **Åsgårdstrand** lohnt dagegen wegen seiner Lage am Oslofjord, der schmucken weißen Holzhäuser und der vielen Erinnerungen an den Maler Edvard Munch einen Stopp. Für diejenigen, die etwas mehr Zeit haben, hält die ehemalige Walfänger-



stadt 3 **Sandefjord** ein interessantes Walfang- und Seefahrtsmuseum bereit. Von 4 **Larvik** legen mehrmals täglich die Fähren nach Dänemark ab, das südlich gelegene Seebad Stavern lohnt den kleinen Umweg wegen der von dicken Wällen umgebenen Festung Fredriksvern. Nach Larvik führt die E 18 ein Stück durchs Landesinnere und passiert dann die Industriestadt Porsgrunn, die für ihre traditionsreiche Porzellanmanufaktur berühmt ist.

Schöne Strände

Das nächste Ziel, 5 **Kragerø**, liegt etwas abseits der Hauptstraße und bildet den Beginn der sonnenverwöhnten Südküste, die wegen ihrer schönen Strände, der vorgelagerten Schären und der blitzblanken Orte mit vielen weißen Holzhäusern zu den beliebtesten Urlaubsgebie-

ten zählt. So lohnen immer wieder Abstecher von der E 18 zu kleinen Küstenorten wie Risør, Tvedestrand, Lyngør, Arendal oder Grimstad, bevor Sie nach 6 **Kristiansand** kommen. Kristiansand ist einer der wichtigsten Fährhäfen des Landes und bietet eine schnelle Verbindung ins nördliche Dänemark. Sehenswert sind vor allem der Dom und das historische Holzhausviertel Posebyen.

Hinauf ins Gebirge

Von Kristiansand führt die RV 9 durch das Setesdal entlang des Flusses Otra, der mehrere große Seen bildet, nach Norden. Jahrhundertelang war das waldreiche, von hohen Bergen umgebene Tal isoliert, heute ist es ein beliebtes Urlaubsgebiet. 7 **Evje** ist besonders für Mineraliensammler und Raftingfreunde interessant. Entlang des lang gestreckten Byglandfjordes, an dem es einige schöne Badeplätze gibt, führt die Straße immer leicht ansteigend weiter in Richtung Norden bis nach 8 **Hovden**, einem der bekanntesten Wintersportgebiete Norwegens. Einige Kilometer nördlich von Hovden erreicht die Straße am Sessvatn mit 917 m ihren höchsten Punkt und gibt den Blick auf eine karge, hochalpine Landschaft frei. Auf engen Serpentinen geht es bald danach hinunter nach Haukeligrend und zur E 134. Auf der gut ausgebauten Straße fahren Sie bis zu dem kleinen Ort Åmot und biegen dort auf die RV 38 in Richtung 9 **Dalen** ab.

Besuch in Heddal

Dalen, am Ufer des lang gestreckten Bandaksees, ist Endpunkt des Telemarkkanals. Sehenswert sind das Dalen Hotel, ein historischer Holzbau im Drachenstil, und die nahe Stabkirche von Eidsborg. Über die RV 45 kehrt man zur Hauptstraße zurück und gelangt bald nach 10 **Morgedal**. Ein weiterer Höhepunkt wartet kurz vor dem Städtchen Notodden in 11 **Heddal**, wo Norwegens größte ★★ **Stabkirche** zu besichtigen ist. Die alte Grubenstadt 12 ★ **Kongsberg**, die ihre Gründung den Silberminen der Umgebung zu verdanken hat, ist heute als Jazzstadt und wegen der prachtvoll ausgestatteten Barockkirche bekannt. Über Hokksund und Drammen erreichen Sie schließlich Oslo, den Ausgangspunkt dieser Rundtour.

IM WILDEN HERZEN

Länge der Tour: 1545 km | **Dauer:** 9 – 10 Tage

Tour 2

Diese Panoramatour führt zu den schroffen Bergen des Jotunheimen, durch das enge Romsdal und über kühne Serpentinenstraßen. Sie erleben den Geirangerfjord und den Sognefjord ebenso wie die Eiswelt des Jostedalsbre sowie die karge Hochebene der Hardangervidda.

Quer durch Jotunheimen

Von 1 ★★ **Oslo** gelangt man auf der E 16 nach Hønefoss, wo sich ein Abstecher zum **Hadeland Glassverk**, Norwegens bekanntester Glashütte, am Südende des Randsfjords lohnt. Von Hønefoss folgt die E 16 dem Fluss Begna, der sich bald zum Sperillen-See weitet, bis nach 2 **Fagernes**, dem Hauptort der Region Valdres. Der Ort ist ein wichtiges Touristenzentrum am Südrand des Jotunheimen und besitzt ein sehenswertes Freilichtmuseum. Ständig ansteigend führt die RV 51 nun in Richtung auf das Jotunheimen-Gebirge, beim Wintersportort Beitostølen ist dann die Baumgrenze erreicht. Bei Bygdin bietet sich Ihnen ein schöner Blick auf den gleichnamigen See, der von imposanten Bergen umgeben ist. Auf der Valdresflya erreicht die Straße ihren höchsten Punkt und führt weiter nach 3 **Gjendesheim**, das am lang gestreckten Gjendesee liegt und einer der wichtigsten Ausgangspunkte für Wanderungen im Jotunheimen ist. Kurz vor 4 **Vågåmo**, das eine sehenswerte Stabkirche besitzt, ist dann die Jotunheimen-Durchquerung beendet.

Zu Trollwand und Romsdalshorn

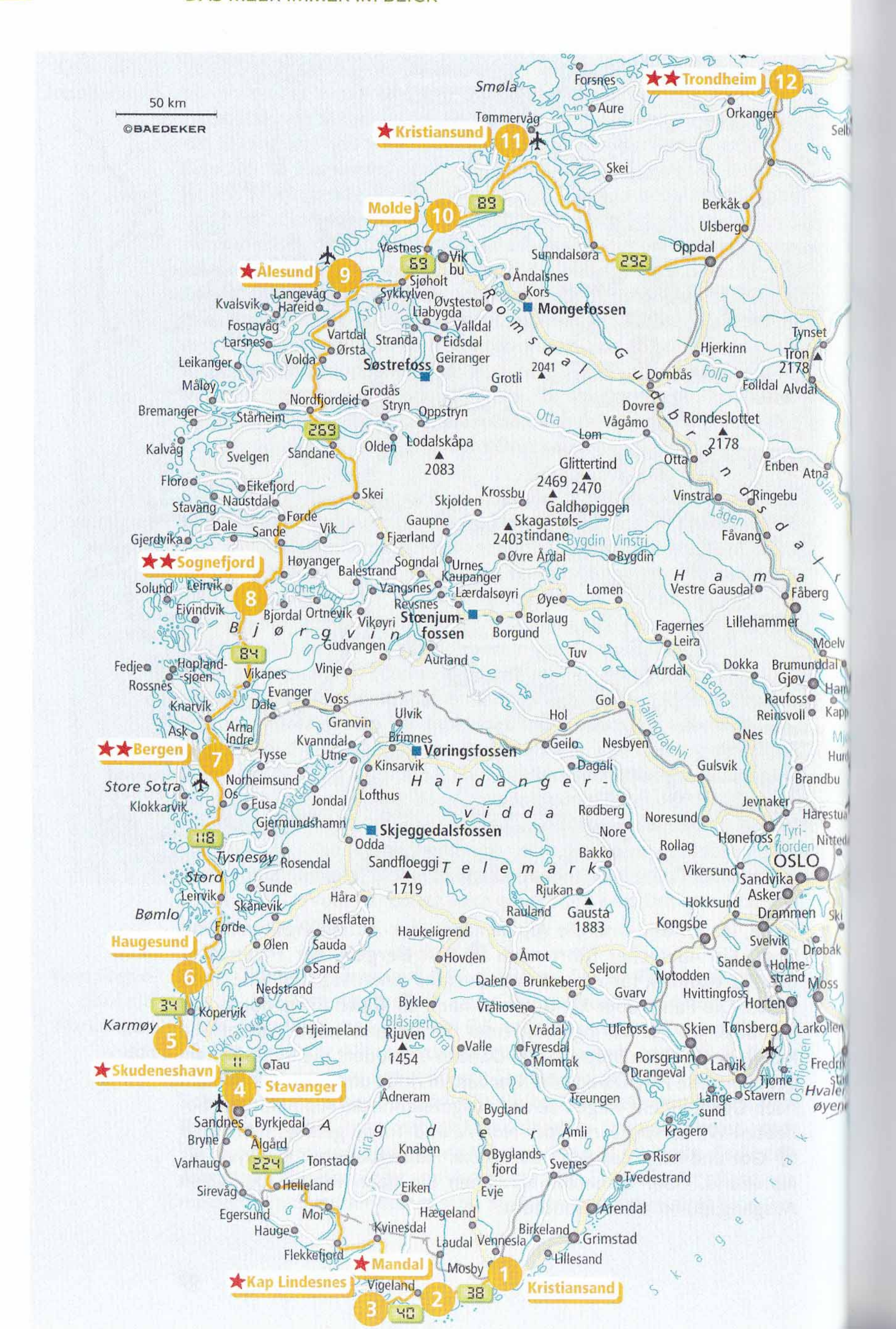
Über 5 **Dombås** gelangt man schließlich in das dünn besiedelte ★ **Romsdal**, das kurz vor 6 **Åndalsnes** mit den ★ **Trolltindene** und ihrer 1000 m hohen, senkrechten Trollwand sowie dem nicht minder imposanten Romsdalshorn seine Höhepunkte hat. Bald darauf führt die Straße in Serpentinen den ★★ **Trollstigen**, eine der beeindruckendsten Straßen Norwegens, hinauf. Den Aussichtspunkt auf der Passhöhe sollte man nicht versäumen. Spektakulär geht es weiter: Durch das Meirdal hinunter zum Fjord, über den eine Fähre pendelt, und erneut ins Gebirge, um in Serpentinen auf der **Adlerstraße** hinunter nach 7 **Geiranger** am ★★ **Geirangerfjord** zu gelangen. Auch die Straße von Geiranger, vorbei am Aussichtsberg Dalsnibba, nach 8 **Stryn** ist eine Panoramatour zwischen Fjell und Fjord. Von Stryn folgt man dann der Straße entlang des Fjordufers bis nach Olden und biegt dort zum 9 **Briksdalsbre** ab. Die Gletscherzunge zählt zu den schönsten des ★★ **Jostedalsbre**, des größten Gletschers auf dem Festland Europas, und ist vom Parkplatz nach einer rund einstündigen Wanderung zu erreichen.

Vom Sognefjord zur Hardangervidda

Über Olden, Byrkjelo und Skei erreichen Sie 10 **Fjærland** am Südende des Jostedalsbre, wo das Gletschermuseum einen Besuch lohnt. Nun fährt man über die E 5 nach Sogndal, weiter auf der RV 55 bis Hella zur Fähre, wo man über Dragsvik nach 11 ★ **Balestrand** kommt. Hier am sonnigen Sognefjord sind die Holzvillen im Schweizerstil und das prachtvolle Kvikne's Hotel sehenswert. Von Balestrand fährt man zurück zur Fähre in Dragsvik, setzt nach Vangsnes über und erreicht via Vikøyri (RV 13) 12 **Voss**. Es beeindruckt durch seine Lage am Vangsvatn, das Stadtbild ist allerdings modern. Im Sommer bringt eine Seilbahn Wanderer direkt ins Ge-



birge, im Winter sind die Alpinanlagen der Anziehungspunkt von Voss. Ein Abstecher führt nach 13 ★★ **Bergen**, der Hauptstadt des Fjordlandes, für die man mindestens einen Tag Zeit einplanen sollte. Die Fahrt über 14 **Granvin** nach 15 **Geilo** führt durch das Mabødal, wo der Vøringsfoss, einer der bekanntesten Wasserfälle Norwegens, einen Stopp lohnt. Danach überquert die RV 7 die karge, baumlose Hochebene der Hardangervidda und führt schließlich nach Geilo, einem wegen seiner ausgezeichneten Alpinanlagen beliebten Wintersportort. Über Hol, Ål und Torpo gelangt man nach 16 **Gol** und folgt der RV 7 durch das Hallingdal über Nesbyen bis Noresund. Über Hønefoss erreichen Sie dann wieder Oslo, den Ausgangspunkt dieser Rundtour.



TOUREN
DAS MEER IMMER IM BLICK

DAS MEER IMMER IM BLICK

Länge der Tour: 1268 km | **Dauer:** 10 Tage

Tour 3

Zeit sollten Sie für diese Strecke unbedingt mitbringen, denn an vielen Fjorden geht es nur mit der Fähre weiter. Man passiert einige der wichtigsten Städte: Ölboomtown Stavanger, das urige Bergen, Ålesund, die Jugendstilstadt, und Trondheim, einst die glanzvolle Hauptstadt des Königreiches. Wer möchte, kann hier die Fahrt weiter Richtung Norden bis nach Narvik fortsetzen.

Zu Norwegens Südspitze

Der Ausgangspunkt 1 **Kristiansand** ist einer der wichtigsten Fährhäfen Norwegens und hat regelmäßige Verbindungen nach Norddänemark. Nach einer Besichtigung des alten Holzhausviertels Posebyen und des imposanten Doms verlässt man die Stadt in westlicher Richtung auf der gut ausgebauten E 39 und gelangt bald nach 2 ★ **Mandal**, der südlichsten Stadt an der »Norwegischen Riviera«. Es locken der lange Sandstrand »Sjøsanden« direkt beim Zentrum und das Naherholungsgebiet Furulunden mit weiteren schönen Stränden. Von Mandal fährt man zum 3 ★ **Kap Lindesnes**, dem südlichsten Punkt des norwegischen Festlandes. Vom kleinen Leuchtturm bietet sich ein weiter Blick über die karge Schärenlandschaft.

Stavanger und Bergen

Auf dem Weg nach 4 **Stavanger** lohnen Stopps im nahen Flekkefjord, der »Holländerstadt« mit den engen Gassen und den restaurierten weißen Holzhäusern, und am Orresanden, einem langen Sandstrand südlich der Ölmetropole. Stavanger selbst präsentiert sich als moderne Boomtown Norwegens, teuer, lebendig, weltoffen. Mit der Fähre gelangen Sie zur nördlich gelegenen Insel Karmøy und dem kleinen Fischerort 5 ★ **Skudeneshavn**, der wie ein Freilichtmuseum wirkt. In 6 **Haugesund**, der größten Stadt zwischen Stavanger und Bergen, bieten sich ein Bummel entlang der Uferpromenade und ein Blick auf das rosafarbene Rathaus an. Auf der E 39 fährt man dann oft direkt am Wasser entlang weiter in Richtung Norden und gelangt nach einigen Fährunterbrechungen schließlich in die Hauptstadt des Fjordlandes, nach 7 ★★ **Bergen**. Hier könnte man einige Tage verbringen, über den Fischmarkt bummeln, die Aussicht vom Fløyen genießen und das Hanseatische Museum studieren.

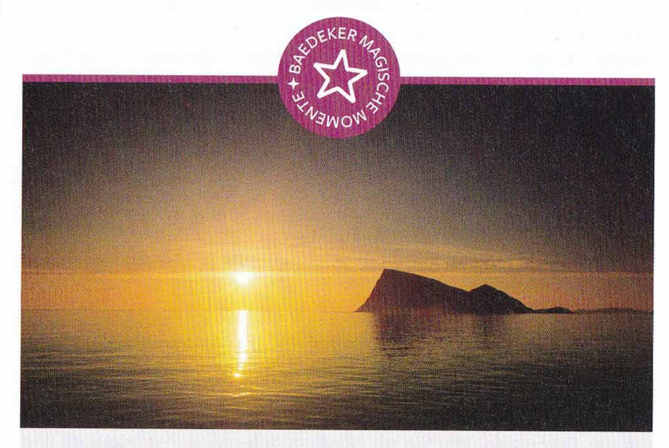
Nach Trondheim

Mehrere Fähren, so auch über den breiten 8 ★★ **Sognefjord**, sorgen auf dem Weg zur Jugendstilstadt 9 ★ **Ålesund** immer wieder für kürzere Unterbrechungen. Und auch die Jazzstadt 10 **Molde** ist nur zu erreichen, nachdem man am Romsdalsfjord auf die Fähre ge-

wartet hat. 11 ★ **Kristiansund** ist dagegen seit 1992 durch eine aufwendige Brücken- und Tunnelkonstruktion mit dem Festland verbunden. Von Kristiansund gibt es zwei Routen nach 12 ★★ **Trondheim**: Auf kleinen, kurvigen Straßen weiter entlang der Küste, was zwar von den Kilometern die kürzere Alternative ist, wegen der zahlreichen Fähren aber deutlich länger dauert als die Strecke durchs Landesinnere über Sunndalsøra und Oppdal.

Zusatztour: Von Trondheim nach Narvik (► Tourenübersicht S. 31)

Auf der E 6 können Sie Ihre Fahrt in den Norden fortsetzen, vorbei an Gletschern, Grotten, Fjorden und Nationalparks. Vom Zentrum ★★ **Trondheims** aus führt die E 6 zunächst nach 13 **Stjordal**, wo ein Abstecher auf der E 14 hinter Hegra zu den sehenswerten **Felsritzungen von Leirfall**, eines der größten nordeuropäischen Felder mit Felsritzungen aus der Bronzezeit, lohnt. Zurück auf der E 6 haben Sie hinter Steinkjer die Möglichkeit, auf die Kystriksveien, Fv 17, abzubiegen und entlang dieser wunderschönen Küstenstraße (► ★ Helgelandküste) bis nach Bodø zu fahren. Aufgrund der zahlreichen Sehenswürdigkeiten und den Fährverbindungen auf dem Weg sollten Sie mindestens drei Tage für diese Route einplanen. Bleiben Sie auf der E6, erreichen Sie 14 **Mo i Rana**, in dessen Umgebung sich der ★ **Svartisen**, der zweitgrößte Gletscher Norwegens, die schaurig-schöne ★ **Setergrotte** aus Kalk, Eis und weißem Mamor und der ★ **Nordfjord**, einer der schönsten Fjorde Nowegens, befinden. Zwischen Mo i Rana und Fauske überqueren Sie bei 66° 33‘ N den **Nordpolarkreis**. Das Polarkreis-Zentrum mit Restaurant direkt an der E 6 informiert über die Kultur und Wirtschaft Nordnorwegens. Bei Fauske lohnt ein Abstecher über den Riksveg 80, RV 80, nach 15 **Bodø.** Die Stadt ist aufgrund täglicher Auto-Fährverbindungen ein hervorragender Ausgangspunkt für den Besuch der ★★ **Lofoten**, lockt aber auch mit weiteren Highlights in seiner Umgebung: Der 30 km östlich gelegene ★ **Salstraumen** ist der stärkste Gezeitenstrom der Welt. Weiterer Höhepunkt ist das 40 km nördlich gelegene Freilichtmuseum ★★ **Kjerringøy**. Zurück auf der E 6 geht es weiter Richtung Norden. Bei Bognes setzen Sie mit der Fähre nach Skarberget über und erreichen nach knapp 77 km schließlich den Erzhafen 16 **Narvik**. Von hier startet die Tour 4 Richtung Nordkap.



DER WIRKLICH NÖRDLICHSTE NORDPUNKT

Wenn man schon so weit gefahren ist, muss man natürlich auch auf dem Nordkap-Felsen gestanden haben. Aber dieser Trubel und dieses Gedränge! Also noch eine Wanderung zur Knivskjellodden. Hier genießen Sie in aller Stille die faszinierende Mitternachtssonne – wenn sie denn scheint. Und wenn nicht, das unbeschreibliche Gefühl, am wirklich nördlichsten Punkt Europas zu stehen, denn diese Landzunge schiebt sich noch ein paar Meter weiter nach Norden ins Meer als das Nordkap. ► S. 242

WEITER ZUM NORDKAP

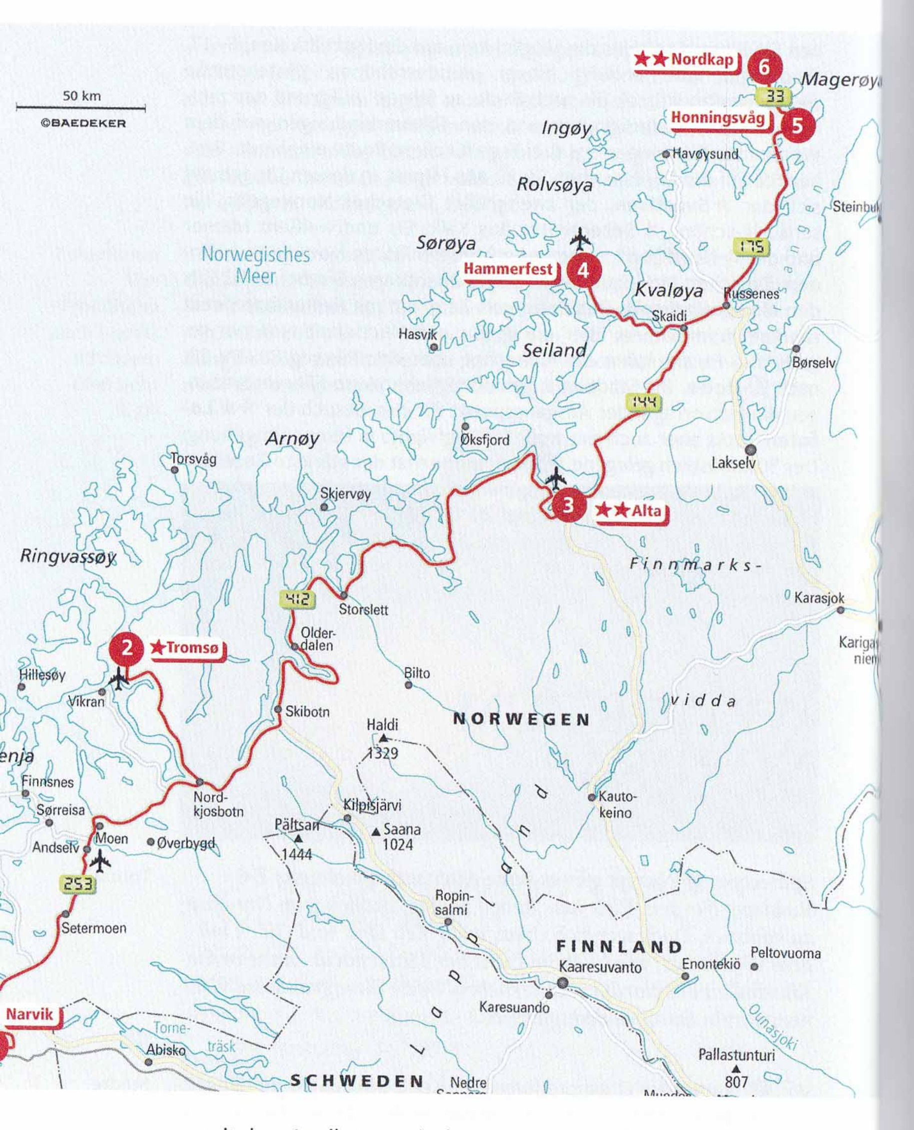
Länge der Tour: 1017 km | **Dauer:** 4 Tage

Tour 4

Spätestens ab Narvik gibt es keine Alternative mehr zur E 6 Richtung Norden. Viele hier haben es eilig, endlich zum Nordkap zu kommen. Doch wer sich etwas mehr Zeit lässt und Glück mit dem Wetter hat, wird sich im Licht der Mitternachtssonne in die Einsamkeit des Nordlandes verlieben. Denn diese grandiose Wildnis sucht in Europas ihresgleichen.

Städte jenseits des Polarkreises

Von 1 **Narvik** am Ofotfjord folgen Sie der E 6 durch die dünn besiedelte Provinz Troms nordwärts, passieren den kleinen Ort Andselv und fahren weiter bis zur Wegkreuzung bei Nordkjosbotn. Dort zweigt die E 8 ab, die nach 73 km in 2 ★ **Tromsø** endet. Die Hafenstadt liegt auf einer kleinen Insel, die durch eine kühn geschwungene Brücke mit dem Festland verbunden ist. Tromsø schmückt sich ger-



ne mit dem Attribut »Paris des Nordens« und hat als Wahrzeichen die moderne Eismeerkathedrale. Nach diesem Abstecher kehrt man auf dem gleichen Weg zur E 6 zurück und setzt den Weg zum Nordkap fort. Nächster Zwischenstopp ist ❸ ★★ **Alta**: Südlich der

Stadt bei Hjemmeluft befindet sich das größte Feld von ★★ **Helleristninger** (stein- und bronzezeitlichen Felsritzungen) in Nordeuropa. Das nächste Ziel, ❹ **Hammerfest**, ein wegen des eisfreien Hafens bedeutender Fischer- und Handelsort, liegt 57 km abseits der Hauptstraße.

Rummel am Kap

Um nach ❺ **Honningsvåg** zu gelangen, fahren Sie zurück zur E 6, folgen dieser bis zur Abzweigung der E 69 und fahren bis Kåfjord. Seit 1999 verbindet eine mautpflichtige Tunnel- und Brückenverbindung die Insel Magerøya, auf der das ❻ ★★ **Nordkap** liegt, mit dem Festland. Der aufwendigste Teil der Straße ist der rund 7 km lange Nordkaptunnel zwischen Kåfjord und Honningsvåg. Vom gut 300 m hohen, oben abgeplatteten Nordkap-Felsen haben Sie bei gutem Wetter eine schöne Aussicht auf die benachbarten, zerrissenen Halbinseln und das Nordmeer. Allein ist man am Nordkap allerdings nie, der Tourisenrummel erreicht hier ungeahnte Dimensionen.
Wen der Norden nun in den Bann geschlagen hat, kann sich zur zweitägigen Reise ins 544 km entfernte **Kirkenes** machen: auf der E 69 entlang des Porsangerfjordes zurück zur E 6, dann durch die karge und fast unbesiedelte Landschaft der Finnmark bis fast zur russischen Grenze.

Z
ZIELE

Magisch, aufregend, einfach schön

Alle Reiseziele sind alphabetisch geordnet. Sie haben die Freiheit der Reiseplanung.

Bergen soll die regenreichste Stadt Europas sein. Doch wenn die Sonne scheint, strömt alles in das alte Hanseviertel Bryggen. ▶



★ ÅLESUND

Gebiet: Westnorwegen | **Einwohnerzahl:** 51 500

F 3

Einer schicksalhaften Nacht verdankt Ålesund seine reich verzierten Jugendstilbauten, mit denen der Ort einzigartig ist in Norwegen und zu einer der schönsten Städte des Landes zählt. Allein wegen ihrer Lage auf mehreren Inseln inmitten der Fjorde und Schären lohnt der Besuch.

Jugendstilstadt

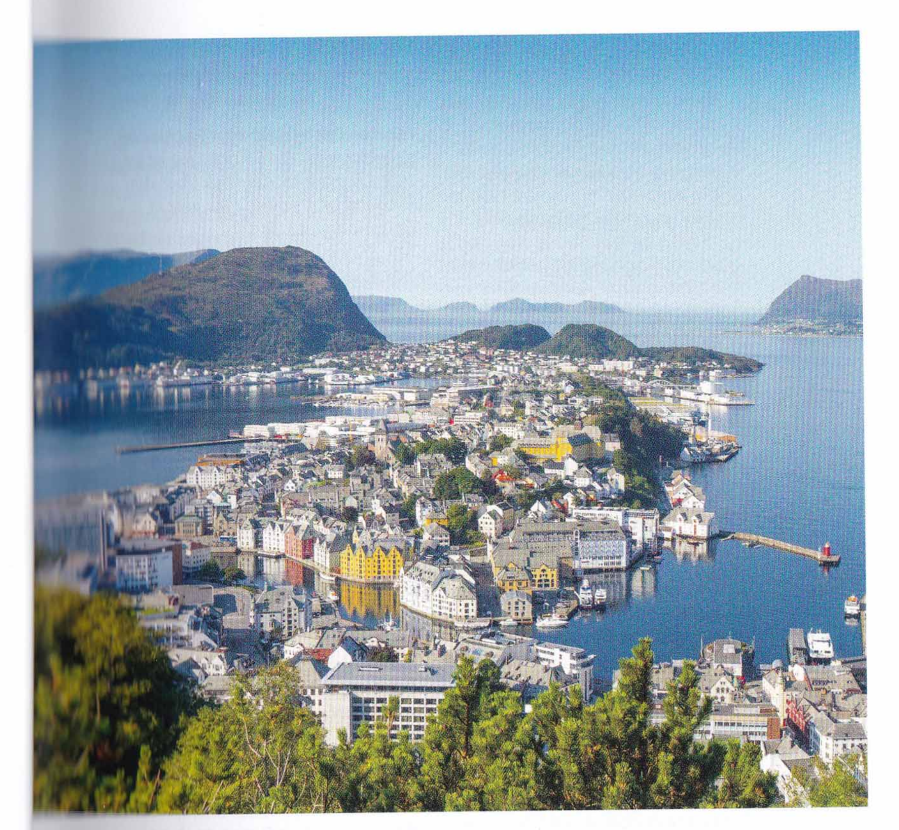
In der Nacht zum 23. Januar 1904 wütete ein Feuer in der Altstadt von Ålesund und zerstörte rund 850 Holzhäuser. Ursache für den Großbrand war wohl eine umgekippte Petroleumlampe in einer Margarinefabrik. Damit sich solch eine Katastrophe nicht wiederholen konnte, durften neue Häuser nur noch aus Stein errichtet werden. Da zu dieser Zeit der Jugendstil »en vogue« war, wurden praktisch alle Häuser mit farbenprächtigen Verzierungen an den Fassaden, zahllosen Türmchen und Turmspitzen gebaut, was Ålesund bis heute einzigartig in Norwegen macht. Nur sieben Jahre dauerte der Wiederaufbau, der maßgeblich mit Hilfslieferungen und Geld von dem Norwegenliebhaber Kaiser Wilhelm II. unterstützt wurde.
Über eine Vielzahl von Inseln, die alle mit Brücken und Tunneln verbunden sind, breitet sich die lebhafte Handels- und Hafenstadt aus. Der überwiegende Teil ihres Stadtgebiets liegt auf den Inseln Heissa, Nørvøya und Aspøya. Mit einer der größten und modernsten Fischereiflotten Norwegens ist Ålesund zu einem der wichtigsten Fischereihäfen des Landes geworden und einer der weltweit größten Exporthäfen für Klippfisch.

Wohin in Ålesund?

Inseln mit den prachtvollsten Jugendstilbauten

★ Aspøya, Nørvøya

Auf Aspøya steht die Ålesunder Kirche (1909) mit beachtenswerten Fresken und wunderschöner Glasmalerei. Am Hellesundet, dem inneren Hafen zwischen den Inseln Aspøya und Nørvøya, stehen Ålesunds prachtvollste im Jugendstil errichtete Bauten mit farbenfrohen Fassaden. Besonders sehenswert sind die Häuser in der Kongensgata auf Nørvøya und der Apotekergata auf Aspøya.
In der Apotekergata befindet sich das **Jugendstilcenter** in einem der schönsten Gebäude der Stadt direkt am Sund. Das 2003 von Königin Sonja eingeweihte Museum in der ehemaligen Svane-Apotheke informiert über den Stadtbrand und erzählt die Geschichte des Jugendstils in Ålesund. Das Kunstmuseum KUBE mit wechselnden Ausstellungen befindet sich gleich nebenan; es ist das regionale





OBEN: Der Hausberg Aksla bietet fantastische Aussichten auf Ålesund, das sich auf mehrere Inseln im Fjord verteilt.

UNTEN: Schöne Jugendstilverzierungen entdecken Sie im Zentrum Ålesunds an nahezu jedem Haus.

ÅLESUND ERLEBEN



TURISTINFORMASJONEN I ÅLESUND
Skateflukaia, 6002 Ålesund
Tel. 70 30 98 00
www.visitalesund.com



Im Sommer legt ein Nachbau des Wikingerschiffs »Borgund-Knarren« jeden Mittwoch um 13, 14 und 15 Uhr vom Sunnmøre-Museum zu einer einstündigen Rundtour ab. Auch lassen sich zwischen Juni und August verschiedene Boote mieten. Rund um Ålesund und in die nahen Fjorde wird ein reges Ausflugsprogramm mit Schiffen angeboten.



Anfang Juli: Das **Bootsfestival** ist ein dreitägiges Großereignis, bei dem die Bootsrennen und Regatten nur ein Teil sind (https://batfestivalen.no). August: Das **Jugendfestival** ist nicht nur für Jugendliche, sondern für alle, die einen guten Querschnitt durch die norwegische Pop- und Rockszene erleben wollen. Auch mit internationalen Acts www.jugendfest.no). Drei Tage im August sind auf dem **Gourmetfestival** (Den Norske Matfestivalen) ganz und gar den leiblichen Genüssen gewidmet, wobei Fisch im Mittelpunkt steht (https://matfestivalen.no).



SJØBUA RESTAURANT €€€€
»Wir haben den besten Fisch«, ist das Credo von Chefkoch Tiago Lopes. Tatsache ist, dass im Sjøbua, dem in einem alten Lagerhaus am Hafen untergebrachten Fischrestaurant, die Rohware für den exzellent zubereiteten Fisch direkt vom Fischkutter geliefert wird. Die Einrichtung ist gemütlich-maritim, der Blick über den Brosund sehr schön. (So. geschl.).
Brunholmgata 1a
Tel. 70 12 71 00
www.sjoebua.no

XL DINER €€€-€€€€
Der Name verspricht Riesenportionen in nüchternem Ambiente. Dann die Überraschung: Das edel eingerichtete Restaurant (So. geschl.) bietet bei wunderbarer Aussicht auf den Hafen Stock- und Klippfischgerichte aus aller Herren Länder. Ab zwei Personen lohnt der »Königliche Bacalao-Teller« mit drei verschiedenen Zubereitungsarten.
Skateflukaia 1b
Tel. 70 12 42 53
www.xldiner.no

APOTEKERGATA NO. 5 €€€-€€€€
In dem stilvollen Restaurant im Hotel Brosundet können Sie dem Chef freie Hand lassen. Bestellen Sie ein 4-Gänge- oder ein 6-Gänge-Tasting-Menue, und Sie bekommen das Beste, was die Gewässer von Sunnmøre hergeben. Natürlich können Sie auch eine Fischsuppe probieren, den Fang des Tages oder Fleischgerichte im Maki. (So. geschl.).
Apotekergata 5
Tel. 70 11 45 00
www.apotekergata5.no

GALLERI FLORA €€
In entspannter Atmosphäre beim Frühstück Zeitung lesen? Dann sind Sie in der Galleri Flora richtig. Das auch bei Einheimischen beliebte Frühstückscafé im Scandic Hotel serviert auch Kuchen und Salate. An der Wand hängen u. a. Bilder von Juan Miró (So. geschl.).
Storgata 16
Tel. 70 13 23 00
www.scandichotels.no

APOTEKER'N CAFÉ €
Nach einem Besuch im Jugendstilzentrum bietet sich ein Abstecher in das charmante Café an. Wo früher die Medizin angerührt wurde, wird heute guter Kaffee serviert, dazu gibt es hausgemachten Kuchen (Spezialität: Queen Mauds Kuchen) und kleine Gerichte. Gleich nebenan, in der ehemaligen Apotheke, lädt der Museumsshop zum Stöbern ein.
Apotekergata 16
Tel. 70 10 49 70
www.jugendstilsenteret.no



HOTEL BROSUNDET €€€€
Direkt am Wasser beherbergt das schöne Jugendstilhotel die Gäste in einer sehr gelungenen Mischung aus Alt und Neu. Romantisch ist das Zimmer 47 (mit rundem Bett): Das befindet sich nicht im Hotel, sondern außerhalb im Leuchtturm Molja fyr – ein perfekter Rückzugsort.
Apotekergata 5
Tel. 70 10 33 00
www.brosundet.no

HOTEL UNION ØYE €€€€
Der Weg zum Norangsfjord lohnt sich, denn das Union Øye ist eines der schönsten Hotels in Norwegen. In einer parkähnlichen Umgebung vor spektakulärer Bergkulisse gelegen, hat das Holzhaus im typischen Drachenstil seit seiner Gründung 1891 schon viele berühmte Gäste beherbergt: Kaiser, Könige und Prinzessinnen, Knut Hamsun, Edvard Grieg und Roald Amundsen. Anreisen können Sie mit dem Auto, mit dem Boot (1,5 Std. von Ålesund) oder sehr exklusiv mit dem Helikopter.
6196 Norangsfjorden
Tel. 70 06 21 00
www.unionoye.no

GOKSØYR CAMPING €
Mehr als ein Campingplatz in schöner Umgebung: Dies ist ein Treffpunkt von Ornithologen und Naturfotografen am Fuße des Vogelfelsens. Knut Asle Goksøyr sorgt für die sachkundige Betreuung der Gäste. Es gibt auch Hütten und Zimmer. Tipp für Einsamkeitsfans: das Lotsenhaus ist zwar einfach, aber durch die exponierte Lage auf einer Landzunge fühlt man sich wie Robinson.
Runde
Tel. 70 08 59 05
www.insel-runde.de

Kunstmuseum des Bezirks Møre og Romsdal und bildet zusammen mit dem Jugendstilzentrum die Stiftung Kulturkvartalet.
Jugendstilsenteret/Kunstmuseet KUBE: Apotekergata 16 | Juni – Aug. tgl. 10 – 16 Uhr | Eintritt: 90/60 NOK, bis 18 J. frei (für beide Museen gültig) | www.jugendstilsenteret.no

Ein deutscher Kaiser und ein Wikingerhäuptling
Östlich des Zentrums liegt der **Stadtpark** mit einem sieben Meter hohen Bautastein, an dem sich ein Reliefbildnis Kaiser Wilhelms II. befindet. Der Stein erinnert an die deutsche Hilfe nach dem großen Stadtbrand von 1904. Hier steht außerdem ein Standbild des Wikingerhäuptlings Rollo (Gange-Rolv), der vermutlich aus der Gegend von Ålesund stammte und 911 das normannische Herzogtum Normandie gründete. Bypark

Schöne Aussichten



Blick von Aksla

Östlich vom Park führen 418 Treppenstufen zum 189 m hohen Stadtberg Aksla hinauf, von dem sich ein herrlicher Blick auf die Stadt, das Meer und die vorgelagerten Inseln sowie südöstlich auf die auch im Sommer oft noch schneebedeckten Berge von Sunnmøre bietet. Der Blick vom Restaurant »Fjellstua«, das auch mit dem Auto erreichbar ist, lohnt vor allem bei Sonnenuntergang.

Das beste Aquarium Norwegens

Atlanterhavsparken

Etwa 3 km westlich vom Stadtzentrum steht auf der Landzunge Tueneset eines der größten Aquarien Nordeuropas, das sich harmonisch in die fast unberührte Küstenlandschaft einfügt. In den riesigen Acryl-Tanks des **Atlantik-Meeresparks** werden Fische und Meerestiere aus der Nordsee präsentiert; spannend sind die Fütterungen der Seelöwen und Pinguine. Große und kleine Besucher können sich auch als Krabbenfischer versuchen. 2009 wurde der Atlanterhavsparken zum besten Kindermuseum Norwegens, 2013 und 2015 zum besten Aquarium des Landes gewählt.

Tuenesvegen | Juni - Aug. So. - Fr. 10 - 19, Sa. 10 - 16, Sept. - Mai Mo. - Sa. 11 - 16, So. 11 - 18 Uhr | Eintritt: 215 NOK, 3 - 15 J. 95 NOK | www.atlanterhavsparken.no

Rund um Ålesund

Holzschnitzereien und Boote

Borgund

Rund 4 km östlich des Zentrums liegt Borgund mit einer Kirche, die auf den Resten der Peterskirche aus dem 12. Jh. errichtet wurde (nicht zu verwechseln mit dem Ort, wo die berühmte Stabkirche steht ▶ Borgund-Stabkirche). Auch sie brannte 1904 nieder, wurde aber originalgetreu wiederaufgebaut. Das Inventar besteht aus schönen Holzschnitzereien.

Unweit der Kirche lädt das **Sunnmøre-Museum** mit seiner Freilichtanlage, die aus rund 50 alten Häusern besteht, zu einem ausgedehnten Besuch ein. Interessant ist die Fischereiabteilung mit 30 alten Booten und dem »Borgund-Knarren«, einem alten Handelsschiff aus dem Jahr 1000.

Sunnmøre-Museum: Museumsvegen 1 | Mai - Sept. Mo. - Fr. 10 - 16, So. 12 - 16, im Juli auch Sa. 10 - 16, Okt. - Apr. Di. - Fr. 10 - 15, So. 12 bis 16 Uhr | Eintritt: 80/40 NOK | www.sunnmore.museum.no

Altgedienter Robbenfänger

Ishavsmuseet

Südwestlich in Brandal, auf der Insel Hareidlandet, informiert das **Eismeermuseum** u. a. über die Robbenjagd, die hier Anfang des 20. Jh.s große wirtschaftliche Bedeutung hatte. Mittelpunkt der Ausstellung, die auch viele Tierpräparate wie Eisbären und Polarwölfe zeigt, ist das 1912 gebaute Eismeerschiff »Aarvak«, das fast 70 Jahre lang als Robbenfänger in Betrieb war.

Brandalsvegen | Juni - Aug. tgl. 11 - 17, Mitte Apr. - Mai und Sept. - Okt. 12 - 16 Uhr | Eintritt: 90/40 NOK | www.ishavsmuseet.no

ZIELE
ÅLESUND

Zusammenspiel von Sprache, Literatur und Architektur

Ivar Aasentunet

Südlich, zwischen Ørsta und Volda, liegt nahe der E 39 das **Ivar-Aasen-Museum**. Aasen lieferte die Grundlage für das Nynorsk, eine der beiden norwegischen Schriftsprachen. Der Museumsbau, in dem umfassend über Sprache und Literatur informiert wird, wurde von Sverre Fehn, einem der bedeutendsten Architekten der Moderne des Landes, konzipiert.

Indrehovdevegen 176 | Juni - Mitte Aug. Mo. - Fr. 10 - 17, Sa./So. 12 bis 17, übrige Monate Di. - Fr. u. So. 12 - 16 Uhr | Eintritt: 100/70 NOK | www.aasentunet.no

Im Zeichen der Rose

★ Stordal Gamle Kirke

Rund 50 km östlich von Ålesund liegt Stordal, dessen Kirche einen Besuch wirklich lohnt. Das gesamte Innere der 1789 an Stelle einer früheren Kirche erbauten Rosekyrkja (**Rosenkirche**) ist über und über mit Zeichnungen bedeckt. Große Teile der Kircheneinrichtung stammen noch aus der alten Kirche aus dem Mittelalter.

Mitte Juni - Mitte Aug. tgl. 11 - 16 Uhr

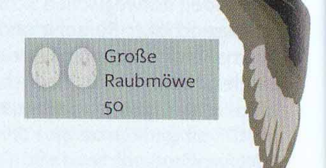
Wände, Decken und Säulen der Kirche von Stordal sind überreich dekoriert: Ihren Beinamen »Rosenkirche« hat sie verdient.



BAEDEKER WISSEN

LEBEN IM STOCKWERK

Auf den oft sturmumtosten Vogelfelsen im Nordatlantik und im Nordmeer versammeln sich Hunderttausende von Seevogel-Paaren zur Brut – ein einmaliger Anblick. Jede Vogelart belegt in den meist mehrere hundert Meter hohen Felsen immer dasselbe Stockwerk: Krähenscharben und Gryllteisten im Erdgeschoss, Papageitaucher im Penthouse, dazwischen die anderen. Umziehen ärgert die Nachbarn.



Große Raubmöwe
50

▶ Norwegens Vogelfelsen
Es ist kein leichter Ausflug, wenn man die Welt der Seevögel auf einem Vogelfelsen erleben will. Regelmäßig werden Bootsfahrten angeboten. Am bequemsten ist sicher ein Besuch auf der Insel Runde, Skandinaviens südlichster Brutkolonie für Seevögel, wo ca. 170 000 Vogelpaare nisten. Zur größten Kolonie in Skandinavien auf der Insel Røst muss man schon 100 km mit dem Boot schippern.



Bewohner der Vogelfelsen auf Runde

Seeadler
20

Anzahl Eier

Anzahl Brutpaare jährlich

Papageitaucher
100 000
Gräbt Tunnel für sein Nest in den weichen Untergrund

Eissturmvogel
5500
Braucht einen hoch gelegenen Abflugplatz

Basstölpel
2500
Sucht isolierte Plätze

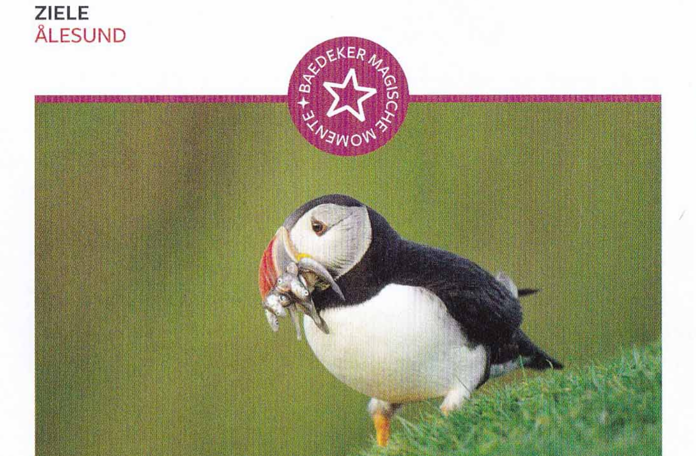
Tordalken
3000

Trottellumme
8000

Dreizehenmöwe
50 000

Gryllteiste
100

Krähenscharbe
1500
Sucht die Nähe der Wasseroberfläche



ELTERN IM ANFLUG

Stundenlang könnte man den Papageitauchern zuschauen, die im oberstenStockwerk der Vogelfelsen ihre Jungen großziehen. Wenn sie mit einem Schnabel voll kleiner, zappelnder Fische zurückkommen, die roten Schwimmfüße vorgestreckt, legen sie meist eine erbärmliche Landung hin und verschwinden sofort zum hungrigen Nachwuchs in ihrer Höhle an der Abbruchkante. Auch Vogeleltern haben es nicht leicht ...

Papageitaucher, Basstölpel, Sturmmöwen, Seeadler ...



Runde

Zwischen Mitte Mai und Ende August herrscht auf der kleinen Insel Runde vor Ålesund für Vögel und Touristen Hochsaison. Während dieser Zeit bekommen die knapp 200 Einwohner nämlich Besuch von einigen **hunderttausend Seevögeln** und einigen tausend Ornithologen. Viele Besucher sind Stammgäste, die sich Jahr für Jahr mit Ferngläsern und Teleobjektiven im einzigen Inselort Goksøyr einfinden, um das ultimative Foto mit nach Hause zu bringen. **Norwegens südlichster Vogelfelsen** mit seiner nach Westen steil abfallenden Felswand bietet zu dieser Zeit ein ohrenbetäubendes Spektakel.

Zwei Möglichkeiten gibt es, sich den brütenden Vögeln zu nähern: mit einem kleinen Boot oder durch den Aufstieg auf das 300 m hohe Plateau der Insel und einen Spaziergang entlang der Steilküste. Von Boot aus blickt man in die unteren Etagen der von Guano weiß gefärbten Steilküste. Oft sieht man die schwarzen Krähenscharben, die auf den flachen Felsen im Meer ihre Flügel ausbreiten, um sie vor dem nächsten Tauchgang zu trocknen. Und natürlich die Dreizehenmöwen, die auf ihren winzigen Felsvorsprüngen ein besonders lautes Gezeter veranstalten. Ganz oben in der Steilwand brüten in Erdhöhlen die rotfüßigen Papageitaucher, die sich bei ihren Beutezügen mit schnellen Schlägen ihrer kurzen Flügel in die Tiefe stürzen. Im Gegensatz zu den eher ungeschickt wirkenden Flugmanövern der Papageitaucher beeindrucken Basstölpel, Schmarotzerraubmöwen, Sturmmöwen, Eissturmvögel und Seeadler mit ihren Flugkünsten.

Alle Vögel, die hier im Sommer brüten, finden in den Gewässern vor Runde reichlich Nahrung, egal ob sie auf Plankton aus sind oder lieber die Fischschwärme plündern, die mit dem warmen Golfstrom nach Norden ziehen. Dabei sind die Jagdmethoden sehr unterschiedlich, die Papageitaucher starten ihre Tauchgänge von der Wasseroberfläche aus, während sich die Basstölpel wie Pfeile ins Wasser bohren. Obwohl das Chaos auf einem Vogelfelsen grenzenlos scheint, herrscht doch eine **strenge Ordnung**, und jede Vogelart bewohnt ihr eigenes Stockwerk.



ALTA

Gebiet: Nordnorwegen | **Einwohnerzahl:** 15 000



Schon in der Steinzeit haben Menschen in der Gegend um den Altafjord gelebt und Tausende von Felszeichnungen hinterlassen. Die größte Stadt der nördlichsten Provinz Finnmark überrascht wegen der geschützten Lage im Innern des Altafjords mit relativ mildem Klima.



Schon vor mehr als 10 000 Jahren lebten Menschen im Raum Alta, dies belegen die Felszeichnungen von Hjemmeluft und Ausgrabungen am Berg Komsafjell. Die heutige Stadt wurde 1704 von eingewanderten Finnen begründet und entwickelte sich bald zum Verwaltungszentrum der Samen. Von 1826 bis 1909 wurde am 20 km westlich gelegenen Kåfjord Kupfererz abgebaut, die Minenarbeiter kamen zum Teil aus Schweden und England. Ab dem 19. Jh. entwickelte sich der Schieferabbau und -export zum wichtigsten Wirtschaftszweig der Region. Gegen Ende des Zweiten Weltkriegs wurde Alta von den deutschen Besatzungstruppen völlig zerstört. Mit Ausnahme der Kirchen in Alta und Kåfjord stammt die gesamte Bebauung aus der Nachkriegszeit.

Archäologen haben die steinzeitlichen Ritzungen rot eingefärbt, damit man die Motive besser erkennt.

Wohin in Alta?

Ein Dorado für Sportfischer

Alta-Fluss

Der Alta-Fluss zählt zu den besten Lachsgewässern des Landes, deshalb kommen ab Ende Juni Sportfischer aus der ganzen Welt hierher, um mit einer der begehrten Angelkarten in der Tasche und der Fliegenrute in den Händen dem Lachs nachzustellen.

Christus in Bronze

Nordlicht-kathedrale

Die Nordlichtkathedrale ist ein moderner Betonbau, der 2013 von Kronprinzessin Mette-Marit eingeweiht wurde. Außen ist der Bau mit Titanplatten verkleidet, die Innenausstattung stammt von dem dänischen Künstler Peter Brandes. Sehenswert sind die über vier Meter hohe bronzene Christusfigur, die goldene Jakobsleiter und die Lichtinstallation.

Tiere, Jagdszenen, Menschen, Boote ...



Hellerist-ninger

Zeigen sie mystische oder rituelle Handlungen? Sind sie Ausruck einer frühen Religion? Über die Bedeutung der **Felsritzungen** in Alta gibt es nur Spekulationen. 1973 wurden sie am Altafjord entdeckt, seitdem hat man immer neue Felsbilder gefunden. Heute zählt man etwa 3000 Motive in vier verschiedenen Gebieten um den Fjord. Die Felsritzungen von Hjemmeluft sind die bedeutendsten und werden deshalb von der UNESCO als Weltkulturerbe geführt.

Anhand der Lage der Bilder im Verhältnis zu der wechselnden Küstenlinie nach der Eiszeit nimmt man an, dass die Felsritzungen – die Norweger nennen diese Art von Kunst Helleristninger – zwischen 2500 und 6200 Jahre alt sind. Sie stellen Tiere und Jagdszenen, Menschen, Boote, Waffen und verschiedene Muster dar. Der Schlüssel zu ihrer Bedeutung ist im Laufe der Geschichte verloren gegangen. In jedem Fall vermitteln sie einzigartige Einblicke in die Denkweise und den Alltag unserer Vorfahren.

ALTA ERLEBEN



Turistinformasjon Alta
Bjørn Wirkolasvei 11, 9510 Alta
Tel. 99 10 00 22
www.visitalta.no

MITTERNACHTSSONNE
16. Mai – 26. Juli
Vom 24. Nov. bis 18. Jan. zeigt sich die Sonne dafür überhaupt nicht.

RESTAURANT ALTA €€€
Im Restaurant des besten Hotels am Ort können Sie sich durch die Finnmarkküche probieren, etwa mit rosa gebratenem Renfilet mit Spargel und Rosenkohl. Das Restaurant ist gleichzeitig auch ein Café. Die Einrichtung ist modern und recht nüchtern, wie auch in der Bar Nordlys, in der Sie einen Absacker nehmen können.
Lokkeveien 61
Tel. 78 48 27 00
www.scandichotels.com

GARGIA FJELLSTUE €€
Rentiergeschnetzeltes, Lachsmousse und andere Spezialitäten der samischen Küche, aber auch traditionelle Finnmarkgerichte werden in dem gemütlichen Restaurant, etwa 25 km außerhalb von Alta, angeboten. Auch Übernachtungen sind möglich, außerdem werden Freizeitaktivitäten vermittelt, wie Pferdetrecks, Boots-, Angel- und Hundeschlittentouren sowie Schneeschuhwanderungen.
Gargiaveien 96
Tel. 78 43 33 51



SORRISNIVA EISHOTEL €€€€
Eine Welt aus Eis und Schnee mit 30 Zimmern (oder besser: Eishöhlen), Eisbar, Kapelle und Lounge sorgt für ein einmaliges Erlebnis. Sie schlafen auf Eisbetten bei -4 bis -7 °C. Trotzdem ist es dank Rentierfellen und adäquaten Schlafsäcken kuschelig warm – wollene Schlafkleidung ist dennoch zu empfehlen. Morgens wärmt die Sauna. Der Transfer vom etwa 20 km entfernten Alta ist exklusive.
Mitte Dez. – Anfang April
Sorrisniva 20
Tel. 78 43 33 78
www.sorrisniva.no

Auf einem rund fünf Kilometer langen Pfad in Küstennähe kann man viele der Felsritzungen besichtigen. Damit die eingeritzten Figuren besser sichtbar werden, haben Archäologen sie mit roter Farbe nachgemalt. Ob unsere steinzeitlichen Vorfahren sie auch einfärbten, ist nicht bekannt.
Der Zutritt zu den Felszeichnungen erfolgt über das benachbarte, preisgekrönte **Alta-Museum**, das nach modernen museumspädagogischen Prinzipien gestaltet wurde. Im Museum erhält man einen interessanten Einblick in den Schieferbergbau, die Fluss- und Fjordfischerei, die Gebrauchskunst der Samen in der Finnmark und die Steinzeitkultur auf der Insel Sørøya. Eine Dokumentation erinnert an den Kampf der Samen (1978 – 1982) gegen den Ausbau des Alta-Flusses zur Gewinnung von Wasserkraft. Zwar haben die Samen die Auseinandersetzung in der Sache verloren, jedoch politisch einen Sieg errungen: In der Folge setzte die norwegische Regierung ein eigenes Samen-Parlament ein und die Kultur der Samen wurde als förderungswürdig in der Verfassung verankert.
Alta Museum: Altaveien 19 | Mitte Mai – Aug. tgl. 9 – 17, teils bis 18, sonst Mo. – Fr. 9 – 15, Sa./So. 11 – 16 Uhr | Eintritt: im Sommer 130/45, im Winter 85/30 NOK | www.alta.museum.no

Ein Stück Weltkriegsgeschichte

Tirpitz Museum

Der Altafjord und seine Seitenarme Langfjord und Kåfjord waren im Zweiten Weltkrieg die größte deutsche Marinebasis außerhalb Deutschlands. Hier lagen die Schlachtschiffe »Scharnhorst« und »Tirpitz« vor Anker. Die Geschichte der Aufspürung und Vernichtung der »Tirpitz« zeigt das Tirpitz-Museum, u. a. mit einer großen Fotosammlung.
Mitte Juni – Aug. tgl. 10 – 17 Uhr | Eintritt: 60 NOK | www.tirpitz-museum.no

Rund um Alta

Die größte Schlucht Nordeuropas

Sautso-Canyon

Mit einer Länge von 6 km und einer Tiefe von 300 bis 400 m ist der Sautso-Canyon (oder Alta-Canyon) die größte Schlucht Nordeuropas. Knapp 30 km von Alta entfernt, erreicht man den Canyon über die alte Straße an Gargia vorbei zur Gebirgshochfläche **Baskades**. Von der Gargia-Hütte führt in rund zwei Stunden ein markierter Weg zur Schlucht. Auch über den Alta-Fluss ist dieses Naturwunder zu erreichen.

Ausflug zum Gletscher

Kåfjord

Fährt man von Alta in westlicher Richtung an der Küste entlang, gelangt man zum Kåfjord, wo die »Tirpitz« lag. Weiter geht die Fahrt über Talvik nach Isnestoften, wo man alte deutsche Befestigungsanlagen und Reste von vier steinzeitlichen Wohnplätzen vorfindet. Hier schneidet der Langfjord bis tief ins Land ein. Von Langfjordbotn kann man über Nebenstraßen einen schönen Ausflug zum großen Gletscher **Øksfjordjøkelen** unternehmen.

ARENDAL

Gebiet: Südnorwegen | **Einwohnerzahl:** 42 800

»Venedig des Nordens« wurde die größte Stadt an der »norwegischen Riviera« zwischen Kragerø im Norden und Lillesand im Süden wegen der vielen Kanäle einst auch genannt. Heute locken die strahlend weißen Holzhäuser viele Besucher nach Arendal, das sich über sieben Inseln erstreckt.

B 5

Über sieben Inseln ...

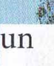
An die Windjammer-Epoche vor dem Aufkommen der Dampfschifffahrt erinnern die gut erhaltenen Holzhäuser im Stil des Barock, Rokoko, Empire und Biedermeier in den verwinkelten Gassen im Stadtteil Tyholmen westlich vom Hafenbecken Pollen. Im Gästehafen, der das letzte Relikt des Kanalsystems bildet, schaukeln den ganzen Sommer über die Jachten und Motorboote.
Bis Ende des 19. Jh.s gehörte Arendal zu den wichtigsten und reichsten Seefahrtsstädten Skandinaviens. Neben dem Holzexport in die Niederlande während der Blütezeit der Ostindischen Handelskompanie, dem Schiffsbau und dem Hafen bestimmte 400 Jahre lang der Abbau von Eisenerz das Wirtschaftsleben der Stadt.

Wohin in Arendal und Umgebung?

Tradition und Moderne

Innenstadt

Das **Rådhus** (Rathaus), ein stattlicher Bau mit vier Stockwerken, steht direkt am Hafenbecken. Es wurde 1815 als Privathaus für die Reeder-Familie Kallevig errichtet und ist nach dem Stiftsgården in ►Trondheim das zweitgrößte Holzgebäude des Landes. Am nördlichen Stadtrand liegt das **Aust-Agder Museu KUBEN**, das in mehreren Gebäuden Möbel, Trachten, Puppen, Mineralien und Schiffsutensilien zeigt. Einen Besuch lohnt auch die **Bomuldsfabrik** (Oddenveien 5), in der auf 2500 m² eine Dauerausstellung zur Gegenwartskunst mit Werken von 40 norwegischen Künstlern sowie Wechselausstellungen zu sehen sind.



BAEDEKER ÜBERRASCHENDES

6X TYPISCH

Dafür fährt man nach Norwegen.

1. KATHEDRALEN AUS HOLZ

Von den rund drei Dutzend Stabkirchen sollte man sich wenigstens drei anschauen: die größte in **Heddal**, die älteste in **Urnes** und die schönste in **Borgund**. (▶ S. 82, 177, 320)

2. ROCK AROUND THE CLOCK

Dieser Klassiker stammt von Bill Haley und der war definitiv kein Norweger. Dass es aber durchaus begabte Musiker im Land der Mitternachtssonne gab und gibt, erfährt man spätestens beim Besuch des **Rockheim in Trondheim**, dem nationalen Museum für Popmusik. (▶ S. 359)

3. EISIGE WELTEN

Vom größten europäischen Festlandsgletscher, dem **Jostedalsbre**, dessen Eispanzer eine Dicke von bis zu 500 m erreicht, fließen 28 eisige Zungen zu Tal. Die meistbesuchten sind auf seiner Westseite der Briksdalsbre und auf der Ostseite der Nigardsbre. (▶ S. 151)

4. PERLEN DER RIVIERA ...

... gibt es auch in **Südnorwegen**: Sonnenverwöhnte Küstenorte mit eleganten Promenaden und schicken, strahlendweißen Villen sind z. B. Arendal, Risør, Grimstad oder Åsgårdstrand. (▶ S. 59, 62, 282)

5. ARCHIPEL DER WILDEN BERGE

Lofoten – kleine Fischerdörfer mit roten Rorbuern vor wild zerklüfteten Bergen. So versprechen es die Prospekte. Sie übertreiben nicht, und es gibt sogar noch Traumstrände, saftige grüne Wiesen, den Trollfjord und einen rekonstruierten Wikingerhof. (▶ S. 197)

6. UND DANACH DER NORDPOL

Mit dem Blick vom **Nordkapfelsen** erfüllen sich viele Reisende einen Traum. Dieser von tiefen Rissen durchfurchte Schieferfelsen ist zwar nur fast die nördlichste Spitze Europas, das stört aber niemanden. (▶ S. 237)

ARENDAL ERLEBEN



ARENDAL TURISTKONTOR

Sam Eydes plass 1, 4809 Arendal
Tel. 37 00 55 44
www.arendal.com



Fähren fahren zu den vorgelagerten Inseln **Hisøy** und **Tromøy** mit schönen Sandstränden – auch über die Brücke erreichbar –, sowie zum beliebtesten Ausflugsziel im Sommer, der autofreien Insel **Merdø**.



Juni: **Internationaler Markt** – Kunsthandwerk, Musik, Tanz und Theater aus aller Welt (www.internasjonaltmarked.no).
Ende Juli: **Canal Street** – Großes Jazz- und Bluesfestival
Ende Juli/Anfang August: **APL Race Week** – renommierte Regatta für verschiedene Bootsklassen; nicht verpassen: die After-Sail-Party im Jachthafen (www.asf.no).



STANGHOLMEN FYR €€€

Das originelle Restaurant im alten Leuchtturm vor Risør bietet einen fantastischen Ausblick und dazu ausgezeichnete Fischgerichte, wie die berühmte Stangholmen Bouillabaisse. Jede halbe Stunde verkehrt ein Boot zwischen Stadt und Leuchtturm.
Mai – Ende August
Stangholmen, 4950 Risør
Tel. 90 09 34 00
www.stangholmen.no

FISKEBRYGGA €€

Hier gibt es fangfrischen Fisch und Meeresfrüchte direkt am Wasser. Krabbenbrot, Fischsuppe oder typisch norwegische »Fiskekaker« sind immer eine gute Wahl. Wer nicht genug bekommen kann, deckt sich im Laden (So. geschl.) mit frischesten Produkten ein. Der Pub mit Weinstube ist täglich geöffnet.
Nedre Tyholmsvei 1
Tel. 37 02 11 66
www.fiskebrygga.no

CAFÉ VICTOR €

Ganz unprätentiös kann man in diesem gemütlichen Café mit der schönen Holzdecke seine Mittagspause verbringen, mit kleinen Gerichten, Tapas oder Kaffee und Kuchen. Der Blick geht dabei auf den Hafen Pollen (So. geschl.).
Kirkegaten 5
Tel. 37 02 79 00
www.cafevictor.no



ARENDAL HERREGAARD €€€€

Das 90 Jahre alte, noble Hotel auf der Insel Tromøy hat außer renovierten Zimmern, Suiten und Familienappartements auch zehn Hütten zu bieten. Die Spa-Anlage gilt als eine der schönsten in Norwegen.
Tromøy
4818 Færvik
Tel. 37 06 08 30
www.arendalherregaard.no

CLARION HOTEL TYHOLMEN €€€€

Im Stil des 19. Jh.s erbautes Hotel mit schönem Blick aufs Wasser und dem ausgezeichneten Restaurant Kitchen & Table.
Teaterplassen 2
Tel. 37 07 68 00
www.nordicchoicehotels.no

KUBEN: Parkveien 16 | Mitte Juni – Mitte Aug. Di. – Fr. 9 – 17, Sa./So. 12 – 17, sonst Di. – Fr. 9 – 15, Sa./So. 12 – 15 Uhr | Eintritt: 90/45 NOK
www.kubenarendal.no
Bomuldsfabriken: Oddenveien 5 | Di. – So. 12 – 16 Uhr |
www.bomuldsfabriken.no

Autofreie Inselidylle mit blühenden Gärten

Lyngør

Nördlich von Arendal liegen vor der Küste vier kleine Inseln – Holmen, Odden, Lyngørsiden und Steinsøya –, die unter dem Namen Lyngør bekannt sind. Zur Zeit der Segelschiffe war der kleine Hafen ein beliebter Umschlagplatz und die Insulaner verdienten gut. Doch als die Dampfschiffe die Segler verdrängten, verarmte Lyngør, die Menschen zogen fort und die reich verzierten Holzhäuser verfielen. Heute leben, dank Schule, Lebensmittelladen und Bootsverbindung zum Festland, wieder rund 100 Einwohner auf Lyngør. Besucher können auf einem Panoramaweg die autofreie Inselidylle mit den perfekt instand gesetzten Holzhäusern und den blühenden Gärten erkunden.

Die »Perle der norwegischen Riviera«


Risør

Einige Kilometer nördlich liegt Risør, wo auch Mitglieder der Königsfamilie gern Urlaub machen. Um den hufeisenförmigen Hafen schmiegen sich strahlend weiße Patrizierhäuser aus dem 19. Jahrhundert. Ihre einstigen Besitzer wurden durch den Holzhandel reich. Die Stadt mit der großen Windjammer-Vergangenheit gibt sich auch heute noch elegant, was Künstler und Kunsthandwerker ebenso wie Touristen anlockt. Zu diesem Prunk und Luxus gehört auch die **Heilig-Geist-Kirche** von 1647, die zu den schönsten Barockkirchen des Landes zählt. Vor allem Bootstouristen kommen im Sommer nach Risør, dann liegen Jachten und Segelschiffe dicht an dicht im Hafen. Viele Besucher zieht es auch an die Strände auf den vorgelagerten Schären, Kajakfahren gehört zu den beliebten Aktivitäten.

Die Heimat von Henrik Ibsen und Knut Hamsun


Grimstad

Rund 20 km südlich von Arendal liegt mit Grimstad ein weiteres Südküstenidyll mit strahlend weißen Holzhäusern. Mit Henrik Ibsen und Knut Hamsun lebten hier zwei der bekanntesten norwegischen Dichter. Nahe der Landungsbrücke findet sich in der Henrik Ibsens gate im **Ibsenhuset** die ehemalige Apotheke, in der Henrik Ibsen 1843 als 15-Jähriger in die Lehre ging und von 1847 bis 1850 auch wohnte. In dieser Zeit schrieb er sein erstes Drama, »Catilina«, das er 1850 unter einem Pseudonym veröffentlichte. Die authentisch eingerichteten Räume mit Manuskripten und Bildern von Ibsen können besichtigt werden. Im Garten steht eine Ibsen-Büste von Gustav Vigeland

Ibsen-Museet: Henrik Ibsens gate 14 | Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 11 bis 16 Uhr | Eintritt: 90/65 NOK | www.gbm.no



BERGEN

Gebiet: Westnorwegen | **Einwohnerzahl:** 262 000



Sie nieseln, plätschern, prasseln auf Bergen hinab: 248 Tage im Jahr lassen 27 verschiedene Regenarten die regenreichste Stadt Europas, die ihr feuchtes Klima ausgelassen mit einem Regenfest feiert, mal mystisch, mal feenhaft, mal dramatisch erscheinen. »Bergens Babys kommen bereits im Regenmäntelchen zur Welt«, lästert der Volksmund – doch bei Sonnenschein entfaltet die alte Hauptstadt Norwegens ein geradezu mediterranes Flair.



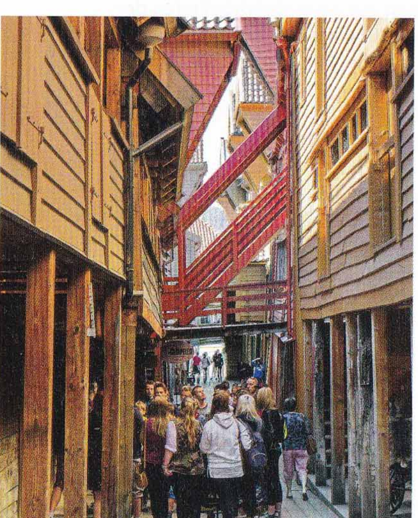
Umgeben von einem Kranz teils bewaldeter Höhen, an deren Hängen sich die Stadt wie ein Amphitheater hinaufzieht, ist Bergen eine der schönsten Städte des Landes. Eine überwältigende Aussicht auf die Stadt, die Küstenlandschaft mit den Inseln Askøy und Sotra bis zum offenen Meer bietet sich – besonders morgens und bei Sonnenuntergang – vom 319 m hohen **Fløyen**, zu dem man mit der Standseilbahn Fløibanen in acht Minuten oder auf einem 3 km langen Fußweg gelangt. Auf dem Landweg war die Stadt bis zum Bau der Bergenbahn 1908 nach Oslo nur schwer erreichbar. Seitdem wurden aber unzählige Tunnel in die Felsen gesprengt, um die Stadt, die lange ausschließlich dem Meer zugewandt war, an das Straßennetz anzuschließen.
Die **zweitgrößte Stadt Norwegens** ist der bedeutendste Hafen der Westküste mit stattlicher Handelsflotte und mehreren großen Werften. Mehr als 18 500 Studierenden besuchen die drittgrößte Universität des Landes. Trotz der nördlichen Lage gedeihen hier dank des feuchten und ungewöhnlich milden Klimas fast alle mitteleuropäischen Laubbäume und eine vielfältige Vegetation.

Die Hanse in Bergen

Geschichte

Zu allen Zeiten bildeten Seefahrt und Fischhandel die Grundlage des Reichtums von Bergen. Bis Anfang des 19. Jh.s hatte die Stadt noch mehr Einwohner als das damalige Kristiania (Oslo). Um 1070 erhob Olav Kyrre die schon damals bedeutende Hafensiedlung Bjørgvin (»Bergweide«) zur Stadt, die sich dann als zeitweilige Residenz der Könige rasch entwickelte. Den eigentlichen Aufschwung verdankte die Stadt aber dem 1343 erstmalig erwähnten Hanseatischen Kontor. Ein von dänischen Königen erlassenes Privileg besagte, dass kein Handel mit Fisch nördlich von Bergen erlaubt sei. So mussten alle nordländischen Fischer ihre Fänge auf beschwerlichen Seefahrten nach Bergen bringen, und die deutschen Kaufleute zogen den ganzen norwegischen Handel an sich. Getreide, Salz und Bier wurden gegen Stockfisch von den Lofoten und Klippfisch aus Kristiansund ge-





OBEN: Ein Besuch im Hafenviertel Bryggen kommt einer Zeitreise gleich. Die »Tyskebryggen« (Deutsche Brücke) war das Quartier der deutschen Hanse.

UNTEN: Nach großen Bränden im 18. und 20.Jh. wurde Bryggen im alten hanseatischen Stil wiederaufgebaut. Die Holzhäuser beherbergen heute kleinere Läden.

BERGEN ERLEBEN



TURISTINFORMASJON I BERGEN

Strandkaien 3, 5013 Bergen
Tel. 55 55 20 00
www.visitbergen.com

BERGEN CARD

Parken ist nur auf kostenpflichtigen, markierten Plätzen erlaubt. Freie Fahrt im Nahverkehr, freien oder reduzierten Eintritt in Museen und verschiedene Attraktionen sowie Rabatte bei Kino und Theater gewährt die Bergen Card (24/48/72/96 Std. Erw. 280/360/430/500, Kinder bis 15 J. 100/130/160/190 NOK).



Bergen ist auch Ausgangspunkt für Kurzrundreisen in die umliegende Fjordwelt. **»Norway in a Nutshell«** heißt eine Tour, die Bahn- und Fährreise kombiniert; eine Fahrt mit der Bergenbahn (▶76) gehört ebenso dazu wie Schiffstörns auf dem Aurlandsfjord und dem Nærøyfjord (www.fjord-tours.com).
Wer wenig Zeit hat, kann eine schöne, **zweistündige Bootstour** in und um Bergen buchen. Der Kapitän weiß jede Menge Geschichten. Bei gutem Wind (und Wind wehr fast immer!) wird gesegelt. Maximal 12 Passagiere, 750 NOK p. P., Abfahrt am Nykirkalmenningen (www.visitbergen.com).



Mai/Juni: **Internationale Festspiele** – größtes Musikfestival Nordeuropas; Vorabbuchung ist zu empfehlen (www.fib.no)
Ende Mai/Anfang Juni: Night **Jazz Festival** mit internationaler Besetzung (www.nattjazz.no)
Mitte Juni: **Bergenfest** – Musikfestival auf der Festung Bergenhus (www.bergenfest.no)
Anfang September: **Bergen Food Festival** (www.matfest.no)
Ende September/Anfang Oktober: **Internationales Film-Festival** (www.biff.no)



Südwestlich vom Marktplatz liegen viele Geschäfte, u. a. das Einkaufszentrum »Galleriet«. Nette Lädchen und Kunsthandwerk finden sich in der Lille Øvergate.

OLEANA

Der Spontaneinkauf von Michelle Obama machte die norwegische Strickfirma weltberühmt (Strandkaien 2a, www.oleana.no).

JUHL'S SILVERGALLERY

Silberschmuck aus Lappland, exklusiv und wunderschön (Bryggen 39, www.juhls.no)

FISCHMARKT

Opulentes Angebot, von Mai – Sept. tgl. 9 – 23 Uhr, die Markthallen sind ganzjährig geöffnet.



4 ENHJØRNINGEN FISKERESTAURANT €€€€

In kaum einem anderen Restaurant in Norwegen bekommt man so vorzügliche Fischgerichte. Für Fischverweigerer gibt es auch Rinderfilet. Im Sommer gibt es mittags ein kaltes Fisch- und Meeresfrüchtebüfett. Unbedingt reservieren!
Enhjørningsgården 29, Bryggen
Tel. 55 30 69 50
www.enhjorningen.no

5 FINNEGÅRDSTUENE €€€€

Tapeten und rohe Holzlatten an Decke und Wänden, dazu edel gedeckte Tische mit Kerzen – das passt durchaus zusammen. Und da auch die Küche vom Allerfeinsten ist, ist ein Besuch in diesem kleinen, geradezu intimen Restaurant im historischen Bryggen-Distrikt ein Erlebnis. Am besten bestellen Sie ein Menü als Drei-, Fünf- oder Sieben-Gänge-Angebot.
Finnegården 2A
Tel. 55 55 03 10
www.dethanseatiskehotel.no

1 BRYGGEN TRACTEURSTED €€€-€€€€

In diesem historischen Restaurant fühlt man sich leicht in die große Zeit der Hanse zurückversetzt. Die Gerichte sind landestypisch und von der Hansezeit inspiriert – es werden aber auch norwegische Tapas serviert. Im Sommer öffnet ein Biergarten.
Bryggestredet 2
Tel. 55 33 69 99
www.bryggentracteursted.no

3 CAFÉ OPERA €€

In dem alten weißen Holzhaus gegenüber vom Theater treffen sich Jung und Alt, Journalisten und Studenten, aber auch die Bewohner des Viertels. Literarischer Salon, Kaffeebar, Weinstube, Kunstgalerie, Konzertraum, Bierbar – von allem etwas. Es gibt guten Kaffee und einfache, kleine Gerichte, dazu Livemusik und Lesungen.
Engen 18
Tel. 55 23 03 15
www.cafeopera.org

2 FLØIEN FOLKERESTAURANT €€

Von dem Restaurant und Café hoch über Bergen, in 320 m Höhe neben der Bergstation der Fløibanen gelegen, haben Sie die beste Aussicht auf Stadt und Umgebung. Vielleicht können Sie sogar einen spektakulären Sonnenuntergang erleben. Im Café gibt es Leckeres wie Waffeln, Kuchen und ein Suppenbüfett, im À-la-carte-Restaurant norwegische Spezialitäten.
Fløyfjellet 2
Tel. 55 33 69 99
www.floienfolkerestaurant.no



1 CLARION COLLECTION HOTEL HAVNEKONTORET €€€€

Opulenz in Violett mit Lüstern und Samt trifft kühles nordisches Design: diesen stilvollen Mix bietet das Clarion bei Bryggen in einem Stadtpalais von 1920 – und für Gäste obendrauf kostenlos Waffeln am Nachmittag und Dinnersnacks.
Slottsgaten 1
Tel. 55 60 11 00
www.nordicchoicehotels.no

2 DET HANSEATISKE HOTEL €€€€

Wo die Kaufleute der Hanse einst ihre Waren lagerten, wird heute in 37 individuell eingerichteten Zimmern in edler Wäsche unter rustikalen Balken genächtigt. Eine kleine Zeitreise – bei modernstem Komfort.
Finnegården 2A
Tel. 55 30 48 00
www.dethanseatiskehotel.no

3 GRAND HOTEL TERMINUS €€€-€€€€

Das mit einem Architekturpreis ausgezeichnete Grandhotel wurde 1928 am Bahnhof erbaut. Eine große Rolle spielt die Kunst: Zahlreiche Werke von lokalen wie regionalen Künstlern schmücken Zimmer und öffentliche Räume. Das Café gehört zu den besten an der norwegischen Fjordküste.
Zander Kaaes gate 6
Tel. 55 21 25 00
www.grandterminus.no

BERGEN
250 m
©BAEDEKER

1 Bryggen Tracteursted
2 Fløien Folkerestaurant
3 Café Opera
4 Enhjørningen Fiskerestaurant
5 Finnegårdstuene

1 Clarion Collection Hotel Havnekontoret
2 Det Hanseatiske Hotel
3 Grand Hotel Terminus

tauscht. Die Hanseaten wohnten in einem besonderen Quartier an der Deutschen Brücke, mit 16 lang gestreckten, schmalen »Höfen«, zugleich ihre Lagerhäuser. Jeder Hof unterstand einem »Byggherre« und war in mehrere »Stuer« (Stuben) geteilt. 1559 wurde die **Macht der Hanse** gebrochen, doch bestand das Kontor noch bis 1764, als auch die letzte »Stube« an einen Norweger verkauft wurde.

Rund um den Hafen Vågen

Europarekord

Stadtteile

Um die durch regen Schiffsverkehr belebte Hafenbucht Vågen liegen im Halbkreis die ältesten Stadtteile am Abhang des Fløyen. Trotz vieler verheerender Stadtbrände, die Bergen immer wieder verwüstet haben, besitzt die Stadt heute noch die größte Anzahl historischer Holzhäuser in ganz Europa. In den Stadtteilen **Nordnes**, **Nøstet** und **Fjellsiden** sind Holzhäuser und die engen Gassen, »smug« genannt, beliebte Ziele für Spaziergänge.

Für Auge und Gaumen



Fiskemarket

Mittelpunkt der Stadt ist der **Marktplatz** (Torget) an der Stirnseite des Haupthafens Vågen, an dessen Landebrücken morgens die Fischerboote anlegen. Ein Genuss für Auge und Gaumen ist das große Angebot an verschiedenen Meeresfrüchten, frisch gekochten Krabben, roten Hummern, Lachs und Kaviar, was alles auf dem malerischen **Fischmarkt** zu stattlichen Preisen gekauft werden kann. An der Südostseite des Marktplatzes sieht man ein von John Börjeson geschaffenes Standbild des in Bergen geborenen Dichters **Ludvig Holberg** (1684–1754), dem Schöpfer des dänisch-norwegischen Lustspiels. Dahinter steht die ehemalige **Börse**. Am oberen Ende der Vetrlidsallmenning, die vom Markt nordostwärts führt, liegt die **Talstation der Fløibanen.**

Mit ein bisschen Fantasie ...



Bryggen

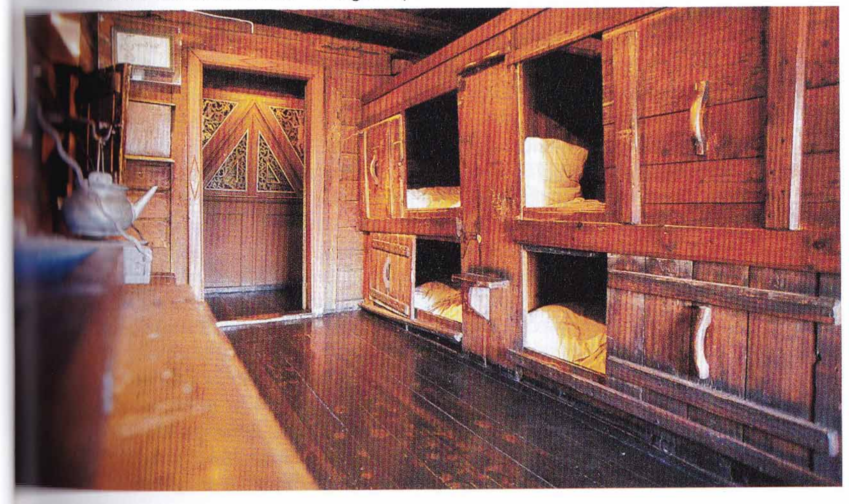
Die Hanse errichtete 1360 im Hafenviertel Bryggen eine Niederlassung, die den Handel in der Stadt von da an 400 Jahre lang kontrollierte. Bei einem Spaziergang durch die engen Gassen von Bryggen braucht es nur wenig Fantasie, um die Vergangenheit Bergens und der Hanse wieder lebendig werden zu lassen.
Es hätte aber auch ganz anders kommen können, denn mehrere Brände bedrohten in der Vergangenheit die Existenz von Bryggen. Um solche Katastrophen in dem **engen Holzhausviertel** zu vermeiden, waren damals alle Häuser unbeheizt, nur die Schøtstuene im rückwärtigen Teil, die den Hansekaufleuten als Versammlungs- und Gerichtsraum diente, besaß eine Heizung. Doch auch diese Vorsichtsmaßnahme half nichts, denn 1702 zerstörte ein Brand die

meisten Gebäude von Bryggen. Es folgte jedoch bald der Wiederaufbau im alten Stil. 1955 wütete dann der nächste Brand in dem mittlerweile vernachlässigten Viertel. Damit schien der seit Langem schwelende Streit, ob das alte Viertel einem modernen weichen sollte, entschieden. Der Direktor des Kunstmuseums von Bergen meinte damals:

> »Es ist ganz gut, dass die Gebäude ein Raub der Flammen wurden und nicht Menschenhänden zum Opfer fallen mussten.«

Doch es kam anders, und man beschloss 1965, Bryggen im alten Stil wiederaufzubauen. Heute stehen die buntgestrichenen Holzhäuser auf der UNESCO-Liste der weltweit erhaltenswerten Kulturdenkmäler. Vom Markt aus erstreckt sich auf der Nordseite des Haupthafens **Vågen Bryggen**, früher auch Tyskebryggen, Deutsche Brücke, genannt. Die Häuserreihe erhielt ihren Namen, weil sie damals noch direkt am Hafenbecken lag und so die Schiffe problemlos be- und entladen werden konnten.
Nur das erste Handelskontor vorn am Torg, der Finnegården, ist in seinem alten Zustand erhalten und seit 1872 **Hanseatisches Museum**. Obwohl nach dem Brand von 1702 wiederaufgebaut, ist der Fin-

Nichts für Klaustrophobiker: Das Hanseatische Museum zeigt unter anderem, wo und wie man früher schlief – in engen Kojen.



negården ein hervorragendes Beispiel traditioneller Architektur der frühen Hansezeit. Die gedrungenen, dunklen Räume mit den kleinen Fenstern erinnern an einen Schiffsrumpf. Das Museum vermittelt einen Eindruck von der Einrichtung der hanseatischen Höfe; gezeigt werden u. a. Waffen, Hausgeräte und Ausrüstungsgegenstände, meist aus dem 18. Jh. Das Erdgeschoss enthielt Warenlager, im ersten Obergeschoss befanden sich der Arbeitsraum des Vertreters sowie die Speise- und die Schlafkammer. Im zweiten Obergeschoss sind die »Klever«, die Schlafräume der Gesellen und Markthelfer, zu sehen. Sehenswert ist eine Sammlung von Siegeln der Hansestädte, deren Selbstständigkeit durch offizielle Siegel bestätigt wurde. Viele Siegel enthalten Schiffssymbole – diese spiegeln oft die Schiffsbaukunst der Zeit wider.

Das **Bryggen-Museum** zeigt archäologische Funde aus dem mittelalterlichen Bergen. Im Untergeschoss sind die ältesten Überreste städtischer Besiedlung aus dem 12. Jh. zu sehen. In der kulturgeschichtlichen Ausstellung »Die Mittelalterstadt – Bergen um das Jahr 1300« findet man das Bryggen-Schiff, ein 30 m langes und 9 bis 10 m breites Handelsschiff. Weiter werden alte Handwerke vorgestellt, darunter Schuhmacher, Kammmacher, Fassbinder und Goldschmiede.

Det Hanseatiske Museum og Schøtstuene: Øvregaten 50 | Mitte Juni – Mitte Aug. tgl 11 – 17, sonst 11 – 15 Uhr | Eintritt: 130 NOK, bis 16 J. frei, das Ticket gilt auch für die Schøtstuene | https://hanseatiskemuseum.museumvest.no

Bryggens Museum: Dreggsallmenningen 3 | Juni – Mitte Aug. tgl 11 – 15, sonst Mo. – Fr. 11 – 15, Sa./So. 12 – 16 Uhr | Eintritt: 120/60 NOK | www.bymuseet.no

Ältestes Gebäude der Stadt

Mariakirken

Unweit des Bryggen-Museums steht die zweitürmige romanisch-gotische **Marienkirche**. Dieses älteste, sehr gut erhaltene Gebäude der Stadt wurde im 12./13. Jh. errichtet und ist seit dem frühen Mittelalter in ständigem Gebrauch. Zwischen 1408 und 1766 gehörte die Kirche den Hanseaten; bis 1868 wurde hier deutsch gepredigt. Im Chor erinnern Grabsteine an die vom 15. bis 17. Jh. hier bestatteten deutschen Kaufleute, Seeleute und Pfarrer. Vieles an der Pfarrkirche erinnert an eine Kathedrale, so der Bautyp einer Basilika.

Die **Innenausstattung** besticht durch ein farbenprächtiges Inventar, das überwiegend aus dem 17. Jh. stammt. Im Chor befindet sich das älteste Stück der Kirche, der Flügelaltar, der im 15. Jh. von norddeutschen Meistern geschaffen und im 17. Jh. übermalt wurde. In Norwegen einzigartig ist die prunkvolle Kanzel, wohl ein Geschenk deutscher Kaufleute aus dem ausgehenden 17. Jahrhundert. Der Baldachin mit den zwölf Tierkreiszeichen wird von einer Christus-Figur gekrönt. Die Kanzel selbst zeigt acht Frauenplastiken mit verschiedenen Beigaben, die die christlichen **Kardinaltugenden** darstellen: Bußfertigkeit (mit dem Pelikan), Klugheit (mit der Schlange), die nackte Wahrheit, die Keuschheit (mit zwei Tauben), die Geduld (mit dem Lamm), die Hoffnung (mit der Taube und Resten eines Ankers), den Glauben (mit dem Buch und dem Kreuz) und schließlich die Liebe (mit zwei Kindern).

Dregsallmenningen 15 | Juni – Aug. Führungen in Englisch Mo. – Fr. 15.30 Uhr, Ticket: 75 NOK, bis 16 J. frei

Warmer Treff

Schøtstuene

Gegenüber der Kirche liegen die Schøtstuene. Im Winter waren diese **Schötstuben** die einzigen geheizten Räume der Bryggen und somit Versammlungsräume der deutschen Kaufleute, denn wegen Brandgefahr durften kein Feuer und kein Kerzenlicht in den Handelshäusern entzündet werden.

tgl. 9 – 17 Uhr

Von Holz zu Stein

Festung Bergenhus

Die nordwestliche Fortsetzung der Bryggen ist der Festningskai mit der alten Festung Bergenhus. Bereits im 12. Jh. verlegte König Øystein Magnusson seinen Königshof hierher. Im 13. Jh. begann König Håkon Håkonsson die Holzbauten allmählich durch massive Steinbauten zu ersetzen und die gesamte königliche Residenz mit einer Ringmauer zu umgeben. Auch heute befinden sich in der Festung militärische Einrichtungen.

»Kastell am Meer«

Rosenkrantztårnet

An der Südspitze der Festung erhebt sich direkt am Kai der **Rosenkrantzturm**, benannt nach Schlosshauptmann Erik Rosenkrantz, der 1562 bis 1567 zwei ältere Anlagen vereinte und mit einer Renaissancefassade versah. Ältester Kern war der quadratische Wohn- und Festungsturm von König Magnus (1273), genannt »Kastell am Meer«. Aus dieser Zeit stammen das Schlafgemach des Königs und die Kapelle mit einem Specksteinaltar. Um 1520 ließ Schlosshauptmann Jørgen Hanssøn den Turm in Stand setzen und fügte ein Vorwerk hinzu. Der Rosenkrantzturm wurde 1944 bei der Explosion eines deutschen Munitionsschiffs erheblich beschädigt und später wiederaufgebaut. In den Ausstellungsräumen des Turms, von denen man eine schöne Aussicht auf die gesamte Stadt genießt, werden ein Modell der Festungsanlage Bergenhus, Schwerter und Uniformen gezeigt.

Bergenhus | Juni – Mitte Aug. tgl 11 – 15 Uhr | Eintritt: 120/60 NOK, bis 18 J. frei | www.bymuseet.no

Größter mittelalterliche Profanbau Norwegens

Håkonshalle

Hinter dem Rosenkrantzturm liegt die Håkonshalle, die König Håkon Håkonsson zwischen 1247 und 1261 zur Hochzeit und Krönung

seines Sohnes Magnus Lagabøte nach dem Vorbild gotischer Steinhallen aus England errichten ließ. Als das Königshaus im späten Mittelalter Bergen verließ, verfiel die Halle zunehmend und wurde als Lagerhaus benutzt. Ende des 19. Jh.s wurde sie restauriert. Bei der Explosion des deutschen Munitionsschiffs 1944 im Hafen brannte die Halle bis auf die Steinmauern nieder. Zum 700-jährigen Jubiläum der Krönung von König Magnus wurde sie 1961 wieder für das Publikum geöffnet. In dem großen Festsaal mit einem schönen Holzgewölbe, das an ein Wikingerschiff erinnert, finden Konzerte, Staatsempfänge und andere offizielle Festveranstaltungen statt.

Über die norwegische Fischindustrie

Norges Fiskerimuseum

Das Norwegische **Fischereimuseum** am Bontelabo nahe der Anlegestelle für Fährschiffe nach Island und zu den Färöern verschafft einen guten Überblick über die norwegische Fischindustrie.

Sandviksboder 20 | Juni – Anf. Sept. tgl. 11 – 17, übrige Monate nur bis 15 Uhr und Mo. geschl. | Eintritt: 100/85 NOK, bis 16 J. frei | https://fiskerimuseum.museumvest.no

Stelldichein mit Pinguinen und Co.

Akvariet

Im Nordwesten der Stadt liegt an der Spitze der Landzunge Nordnes zwischen Vågen und Puddefjord der Nordnespark (Aussicht) mit dem sehenswerten Bergener Aquarium, einem der **größten Aquarien Nordeuropas.** Eine Attraktion ist die Fütterung der Robben und Pinguine, die in den riesigen Wasserbecken im Hof des Museums schwimmen.

Nordnesbakken 4 | tgl. 10 – 18 Uhr | Eintritt: 300/190 NOK | www.akvariet.no

Südlich des Markts

Shoppen und viel Kultur

Innere Stadt

Viele Tagesbesucher beschränken sich auf die Sehenswürdigkeiten am Vågen. Doch lohnt sich auch ein Bummel durch die Straßen südwestlich vom Marktplatz, wo die meisten Geschäfte, darunter das schön gestaltete **Einkaufszentrum »Galleriet«** liegen. Hier gelangt man zum Stadtpark mit dem von Ingebrigt Vik geschaffenen **Standbild** (1917) des in Bergen geborenen Komponisten **Edvard Grieg** (1843 – 1907). Ein weiteres **Denkmal** für einen berühmten Bürger der Stadt entdeckt man an dem lang gestreckten Ole Bulls Plass, und zwar des »Geigerkönigs« Ole Bull, geschaffen von Stephan Sinding (1901). Am westlichen Ende des Platzes befindet sich das älteste Theater Norwegens, **Den Nasjonale Scene**, das 1906 bis 1909 im Jugendstil erbaut wurde.

Ein Schuss aus der Kanone

Domkirke

Vom Nordende des Markts führt die Kong Oscars gate südöstlich an der aus dem 12. Jh. stammenden und 1593 im Renaissancestil umgebauten Kreuzkirche (Korskirken) vorbei zum 1248 ursprünglich als Klosterkirche im romanischen Stil erbauten **Dom**, der 1537 einen 60 m langen, gotischen Chor erhielt. Als besonders beachtenswert gelten die schönen gotischen Fenster und der Altar, der an einen mittelalterlichen Reliquienschrein erinnert. Aus einer Seeschlacht in der Bucht von Bergen 1665 stammt die Kanonenkugel, die in der Kirchturmwand steckt.

Eines der größten Kunstmuseen Skandinaviens



KODE

In der Rasmus Meyers allé entlang des südlichen Seeufers und in der angrenzenden Nordahl Bruns gate reihen sich die Gebäude eines der größten Kunstmuseen Skandinaviens, die unter dem Dach von KODE zusammengefasst sind: **KODE 1** (Nordahl Bruns gate 9) präsentiert Kunsthandwerk und Design, darunter eine große Porzellansammlung und Silber; **KODE 2** (Rasmus Meyers allé 3) zeigt zeitgenössische Künstler und wechselnde Ausstellungen, **KODE 3** (Rasmus Meyers allé 7) hat mit der von dem Kaufmann Rasmus Meyer gestifteten

In Gamle Bergen lebt das Bergen des 18. bis 20. Jh.s – mit Werkstätten, Häusern und Geschäften, in denen man z. B. noch Bonbons in Papiertüten bekommt.



Kunstsammlung eine beeindruckende Schau norwegischer Künstler des 18. und 19. Jh.s, unter anderem die Hauptwerke von Edvard Munch, und **KODE 4** (Rasmus Meyers allé 9) zeigt europäische Künstler von Picasso über Klee bis Miró, hat außerdem die größte Sammlung des in Norwegen sehr beliebten Künstlers Nikolai Astrup und ist mit dem **KunstLab**, einem Kunstmuseum speziell für Kinder, eine Hauptattraktion für Familien. Zu KODE gehören auch die Museen für die Musiker Edvard Grieg, Ole Bull und Harald Saverud

KODE 1 – 4: Mitte Mai – Mitte Sept. tgl. 10 – 17, KODE 2 Do. bis 20 Uhr | Eintritt: 150/100 NOK, bis 16 Jahre frei, das Ticket gilt zwei Tage in allen vier Museen | www.kodebergen.no

Gold und Keramik

Vestlandske Kunstindustrimuseet

Etwa 200 m nordwestlich – am südlichen Rand des Stadtparks – befindet sich das **Kunstgewerbemuseum**, wo seltene Keramik, Bergener Goldschmiedearbeiten und modernes Kunsthandwerk aus Norwegen gezeigt werden.

Universität und Seefahrt

Universitätssammlungen

Von hier gelangt man südlich durch die Christies gate an der katholischen Kirche St. Paul vorbei zu den Universitätssammlungen zu den Themen Naturkunde und Geschichte. Sie liegen auf der Anhöhe Sydneshaugen bei Gebäuden der Universität am Botanischen Garten. Gleich nebenan befindet sich das interessante **Seefahrtsmuseum** mit Kuriositäten rund um die Seefahrt.

Rund um Bergen

Vorort-Kleinod

Sandviken

Im nördlichen Vorort Sandviken wurden in einem Park direkt am Fjord 55 Holzhäuser aus dem 18. bis 20. Jh. zu dem sehenswerten **Freilichtmuseum Gamle Bergen** (»Alt-Bergen«) gruppiert. Hier kann man durch Kopfstein gepflasterte Straßen schlendern und dabei immer wieder einen Blick in die historischen Häuser werfen. Es gibt einen Barbiersalon, einen Bäckerladen, eine Druckerei, ein Fotoatelier und eine Buchbinderei, in manchen Gebäuden sind arbeitende Werkstätten untergebracht.

Häuser des Freilichtmuseums: Nyhavnsveien 4 | Mitte Juni – Aug. Di. – So. 11 – 15 Uhr | Anlage ganzjährig zugänglich | Eintritt: 120/60 NOK, bis 18 J. frei | www.bymuseet.no

Schöne Aussichten

Wandern auf dem Fløyen

Von der Bergstation der Standseilbahn Fløibanen führt eine Straße (zu Fuß 30 Min.) über das kahler werdende Bergplateau zum Fuß des nordöstlich aufragenden **Blåmann**, zu dessen Gipfel ein Fußweg hinaufführt. Der Fahrweg führt noch weiter zur Funkstation auf dem **Rundemann** (556 m ü. d. M.). Von dem sich auf halber Höhe des Fløyen am Hang hinziehenden Fjellvei bieten sich schöne Ausblicke.

Zuhause bei Edvard Grieg

Troldhaugen

Nach weiteren zwei Kilometern folgt man dem Schild nach Troldhaugen, dem Wohnhaus von Edvard Grieg (▶Interessante Menschen), das Bergens Ruf als Norwegens Kulturhauptstadt begründet hat. Hier erhält man Einblick in Leben und Schaffen des weltberühmten Komponisten. Erst nach 18 rastlosen Ehejahren erfüllten sich Edvard und Nina Grieg den Traum vom eigenen Heim. Im Jahr 1885 bezogen sie die Villa, die nach viktorianischem Vorbild gebaut wurde und mit ihren nackten Holzwänden im Inneren an norwegische Bauernstuben erinnert.
Benannt wurde Troldhaugen (= Trollhügel) nach einer kleinen Schlucht unweit des Hauses, die im Volksmund »Trolltal« heißt. Im Speise- und Wohnzimmer steht noch die ursprüngliche Einrichtung. Unter den zahlreichen Geschenken, die Grieg erhielt, ist der Steinway-Flügel hervorzuheben, den das Ehepaar von Bergener Musikfreunden zu seiner Silberhochzeit erhalten hatte. In der hangabwärts gelegenen **»Komponistenhütte«** konnte Grieg ungestört arbeiten; in einer Felswand am See fand der Komponist seine letzte Ruhestätte. Im Konzerthaus Troldsalen finden Konzerte des Meisters statt.

Troldhaugveien 65 | Mai – Sept. tgl. außer Mo. 10 – 17, übrige Monate Di. – Fr. 11 – 16, Sa./So. bis 17 Uhr | Eintritt: 130/90 NOK, bis 18 J. frei | das Konzertprogramm (Lunchkonzerte, Abendkonzerte, Lieddarbietungen, auch Privatkonzerte sind möglich) gibt es auf der Website zum Herunterladen | www.griegmuseum.no, www.kodebergen.no

Höchster Hausberg

Ulriken

Im Südosten von Bergen erhebt sich mit 643 m der höchste der sieben Hausberge. Bei schönem Wetter hat man vom Ulriken einen weiten Rundblick. Alle halbe Stunde fährt ein Doppeldeckerbus vom Zentrum in wenigen Minuten zur Talstation der Ulriksbanen (Seilbahn). Zu Fuß ist der Gipfel in zwei Stunden zu erreichen.

Märchenschloss eines Exzentrikers

Lysøen

Knapp 30 km südlich von Bergen war auf dem Inselchen Lysøen ein anderer berühmter Norweger zu Hause, der exzentrische **Geiger und Komponist Ole Bornemann Bull**. Er wurde 1810 in Bergen geboren und starb hier 1880. Schon als Neunjähriger gab er sein Debüt, hatte aber nie richtigen Violinenunterricht erhalten. 1930 kam es dann in Paris zu einer entscheidenden Begegnung mit Paganini, an dessen Vortrag er sein eigenes Spiel schulte. Damit hatte er international Erfolg, und seine Landsleute feierten ihn wie einen National-

MIT DER BERGENBAHN DURCHS HOCHGEBIRGE



Sie ist 470 km lang und ihr höchster Punkt liegt 1301 m ü. d. M. Die Bergenbahn (Bergensbanen), die Bergen mit Oslo verbindet,gilt als eine der faszinierendsten Eisenbahnstrecken Europas.

Berühmt ist die Bergenbahn, die unter anderem auch in Voss hält, vor allem dank der fantastischen Streckenführung, die nahezu alle Landschaftsformen berührt, die Norwegen bietet: Wälder und Seen im Osten, die Kulturlandschaft des Hallingdals, Hochgebirge und -ebenen in der Hardangervidda und die Fjorde im Westen.

Gemächliches Tempo

Knapp sieben Stunden dauert die gesamte Reise – im Zeitalter der Hochgeschwindigkeitszüge eine nicht gerade rekordverdächtige Fahrtzeit. Schönster Teil mit der Bergenbahn ist die **Passage des Hochgebirges.** Oberhalb der Baumgrenze, die in Südnorwegen auf etwa 900 m über dem Meeresspiegel verläuft, überquert die Bergenbahn zwischen Ustaoset und Myrdal auf 100 km Länge eine kahle Hochebene, auf der sie den Launen der Natur ausgesetzt ist. Vor allem im Gebiet um das kleine Dorf Finse (nur mit der Bahn erreichbar) machen Sturm und Schnee mit bis zu 15 m hohen Verwehungen den Eisenbahnern während der dunklen Jahreshälfte das Leben schwer. Hier, auf der Wetterscheide zwischen dem feuchten Klima Westnorwegens und dem trockeneren im Osten kann es selbst in den Sommermonaten kräftig schneien.

Ihre Entstehung verdankt die Bergenbahn vor allem dem Willen westnorwegischer Interessenkreise, die Ende des 19.Jh.s eine landfeste Anbindung an die Hauptstadt Kristiania suchten. Dem damaligen Technikfieber verfallen, schien ihnen die Eisenbahn das rechte Mittel zu sein. 15 Jahre wurde an der Strecke gebaut, wobei den Ingenieuren eine **logistische Meisterleistung** gelang: Die Streckenführung war so geplant, dass weder überflüssiges Gesteinsmaterial anfiel, noch zusätzliches herangeschafft werden musste. Für alle notwendigen Aufschüttungen wurde das anfallende Tunnelgestein verwendet.
Den Widrigkeiten der Natur fiel schon die **Eröffnungsfahrt im Januar 1908** zum Opfer: Der Zug blieb auf dem Fjell im Schnee stecken, die Passagiere konnten nur mit Mühe gerettet werden. Ein halbes Jahr später war es dann aber soweit: In 21 Stunden reiste man im Coupé vom Oslofjord nach Bergen.



helden. 1872/1873 ließ er sich eine Villa bauen, die mit ihren Zwiebeltürmchen und maurischen Stilelementen an ein Märchenschloss erinnert. Die Extravaganz des einstigen Besitzers ist auch am Stil der Wohnungseinrichtung ersichtlich.

Villa Bull: Lysekloster | wg. Renovierungsarbeiten bis auf Weiteres nicht zu besichtigen | Insel kann mit kostenlosen Boots-Shuttle Mitte Mai – Mitte Sept besucht werden; Abbfahrt vom Buena Quay beim Lysekloster jede Stunde 11 – 15 Uhr | www.lysoen.no, www.kodebergen.no

Erstes Zisterzienserkloster Norwegens

Lysekloster

Ganz in der Nähe sind die Ruinen des Lyseklosters zu besichtigen, des ersten Zisterzienserklosters in Norwegen, das 1146 von Mönchen aus York in England gegründet wurde. Es war das größte Kloster in Norwegen bis zur Reformation. In den Jahren 1822 und 1838 wurden die Ruinen ausgegraben, heute geben sie Aufschluss über das Klosterleben im Mittelalter.

Hardangerfjord

► dort

BODØ

Gebiet: Nordnorwegen | **Einwohnerzahl:** 40 200



Wenn Sie in den Himmel schauen, können Sie oft Seeadler im Gleitflug über der Stadt beobachten, Bodø hat sogar den größten Bestand dieser majestätischen Vögel in ganz Europa. Kein Wunder also, dass in der Fußgängerzone dem Seeadler ein Denkmal gesetzt wurde. Absolutes Highlight in der Umgebung ist der Besuch des Freilichtsmueums Kjerringøy – eine spannende Zeitreise ins 19. und 20. Jahrhundert.

Die wichtigste Stadt in der Provinz Nordland wurde nach den Zerstörungen im Zweiten Weltkrieg modern und nüchtern aufgebaut. Verwaltung, Handel, Hafen und Industrie sind ebenso wichtig wie die Rolle Bodøs als Verkehrsknotenpunkt. Die Stadt besitzt einen der wichtigsten Flughäfen des Landes, die Nordlandbahn hat hier ihre Endstation, es gibt eine regelmäßige **Fährverbindung auf die Lofoten**. Aber auch die Kultur kommt nicht zu kurz: Dank des klassisch-zeitgenössischen Nordland Musikkfestuke (www.musikkfestuka.no) und des rockigen Parkenfestivals (www.parkenfestivalen.no), beide im August, gilt Bodø als **»Musikhauptstadt Nordnorwegens«**.



Wohin in Bodø und Umgebung?

Arme Fischer und ein Silberschatz

Stadtzentrum

Am Rathausplatz steht das **Rathaus** (1959), von dessen Turm sich eine weite Aussicht bietet. Die **Domkirche** (1956) besticht insbesondere durch ihre Innengestaltung mit schönen Glasmalereien.
Im **Stadtmuseum** südlich der Kirche, Teil des **Nordlandmuseums,** wird die Geschichte der Region dokumentiert. Es gibt Exponate zu den Themen Landwirtschaft, Handwerk und Fischerei, so über den harten Alltag der »Fischer-Bauern« – früher mussten die meisten Fischer gleichzeitig als Landwirte arbeiten, um den Lebensunterhalt der Familien zu sichern. Zudem wird der »Silberschatz von Bodø« ausgestellt, der vor etwa 1000 Jahren nicht weit vom heutigen Stadtzentrum versteckt und 1919 wiederentdeckt worden war. Enthalten ist neben Münzen und Schmuckstücken aus Arabien auch eine riesige Ringfibel, die größte, die man je aus Wikinger- oder Eisenzeit gefunden hat.
Die interessanteste Sehenswürdigkeit der Stadt ist das 1996 eröffnete **Norwegische Luftfahrtzentrum** (Norsk Luftfartsmuseum), das Einblick in die Geschichte der norwegischen und der internationalen Luftfahrt bietet. Zu seinen Attraktionen des Museums gehören die einzige vorhandene JU 52 als Wasserflugzeug und das US-amerikanische Spionageflugzeug U 2. Das Museum hat auch einen **Flugsimulator**.

Nordlandsmuseet: Prinsensgate 116 | Mitte Juni – Aug. tgl. 11 – 17, sonst Mo. – Fr. 9 – 15 Uhr | Eintritt: 80/20 NOK | www.nordlandsmuseet.no/nordlandsmuseet

Norsk Luftfartsmuseum: Olaf V gate | Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 10 – 18, sonst Mo. – Fr. 10 – 16, Sa./So. 11 – 17 Uhr | Eintritt:17/90 NOK | www.luftfartsmuseum.no

Perfekter Ort, um Seeadler zu erspähen

Ausflug zum Rønvikfjell und Løpsfjell

Auf dem rund drei Kilometer vom Zentrum entfernten Hausberg Rønvikfjell hat man besonders gute Chancen, Seeadler zu beobachten – hat man sie gesichtet, kann man Mitglied im Seeadler-Club werden. Aber auch sonst lohnt der Ausflug zum Rønvikfjell wegen der famosen Aussicht. Ein rund zweistündiger Spaziergang auf einem markierten Weg führt von hier auf den Gipfel des Løpsfjell (603 m). Bei schönem Wetter ist dies einer der besten Orte, um im Licht der Mitternachtssonne die Aussicht auf die gut 100 km entfernte Lofotenkette, den an der schwedischen Grenze liegenden gletscherbedeckten Sulitjelma (1913 m) und links davon das Blåmannsis mit seinen Firnfeldern zu genießen.

Mitsommernacht am schönsten Sandstrand

Geitvågen

Folgt man der Küstenstraße nach Norden, gelangt man zunächst nach Geitvågen, dem schönsten Sandstrand nördlich des Polarkreises. Mittsommernacht in Geitvågen gehört zu den alljährlichen Höhepunkten für viele Einwohner von Bodø.

BODØ ERLEBEN



DESTINASJON BODØ
Tollbugata 13, 8001 Bodø
Tel. 75 54 80 00
www.visitbodo.com



Bodøs Wanderverein (Bodø og Omegns Turistforening) betreibt 17 einfache Berghütten, die sich hervorragend als Unterkünfte auf längeren **Wanderungen** eignen. Argaladshytta und Trygvebu liegen im Junkerdal, Bjellåvasstua, Lønsstua, Midtistua und Krukkistua auf dem Saltfjell, Tåkeheimen auf 1100 m am Svartisen-Gletscher und die Lurefjellhytta unter dem Lurefjelltind bei Bodø (Tel. 75 52 14 13, www.bot.no).



Eines der größten Kulturfestivals Nordnorwegens findet alljährlich in der ersten Augusthälfte statt: Die **Nordland-Musikfestwoche** bietet Konzerte aller Musikrichtungen (www.musikkfestuka.no).



BRYGGERIKAIA €€
Versuchen Sie, bei schönem Wetter einen Platz auf der Außenterrasse mit Blick auf den Hafen zu ergattern. Hier können Sie die Welt vorbeiziehen lassen, sich am Mittagsbüfett bedienen und ein frisches Bier dazu trinken.
Sjøgata 1
Tel. 72 52 58 08
www.bryggerikaia.no

PANGEA STREETFOOD €€
Der Pavillon auf dem Marktplatz ist der perfekte Ort, um das Leben im Zentrum von Bodo zu beobachten. Draußen gibt es rund 200 Sitzplätze, drinnen ist die Bar unterbracht. Die Speisekarte ist stark mexikanisch inspiriert, es gibt aber auch andere kleine Gerichte, auch zum Mitnehmen.
Storgata 5 B
Tel. 91 73 64 13
www.pangea-torget.no



KJERRINGØY RORBUSENTER €€
In den komfortablen Rorbuer (Fischerhütten) in einmaliger, abgeschiedener Lage direkt am Wasser können Sie sich mit Sauna und Badezuber im Freien sowie guten Wandermöglichkeiten rundum wohlfühlen.
Tårnvik (20 km nördlich von Kjerringøy)
Tel. 41 43 18 21
www.kjero.no

Ein Stück Fauske überall

Fauske

Etwa 65 km von Bodø entfernt liegt an der E 6 der für seinen Marmorsteinbruch bekannte Ort Fauske. Die Farbe des edlen, weltweit geschätzten Steins reicht von Weiß über Rosa bis zu hellem Grau mit grünen Adern. Marmor aus Fauske wurde im Gebäude der Vereinten Nation in New York, im Osloer Rathaus, einem Hotel in Hongkong, im Osloer Flughafen Gardermoen sowie im Kaiserpalast in Tokio verwendet.

Kupfer aus Norwegen

Sulitjelma

Von Fauske gelangt man ostwärts auf der Straße 830 durch das Langvassdalen in den kleinen Ort Sulitjelma. Nachdem ein Same zufällig Kupfererz entdeckt hatte, wurden die Vorkommen hier bis 1990 abgebaut. Im Bergwerksmuseum findet man Zeugnisse einer einzigartigen Epoche in der Geschichte des norwegischen Erzabbaus. Auf den 1571 m hohen Blåmannsisen-Gletscher und den 1913 m hohen Suliskongen werden von Sulitjelma aus geführte Bergwanderungen angeboten.

Sulitjelma Gruvemuseum: Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 12 – 17 Uhr | Eintritt: NOK 80/20 | www.nordlandsmuseet.no/sulitjelma_gruvemuseum

Der Patron und ein Literat


Kjerringøy

Das Freilichtmuseum Kjerringøy, 40 km nördlich von Bodø und nur durch einen schmalen Sund vom Festland getrennt, erlaubt einen faszinierenden Blick in die Geschichte des 19. und 20. Jh.s und ist zugleich einer der wichtigsten Schauplätze in den Büchern von **Knut Hamsun**. Schon im 17. Jh. war Kjerringøy ein wichtiger Hafen, aber seine Blütezeit begann erst, als Christan Lorentzen Sverdrup 1803 den Platz übernahm. Er betrieb ein Transportunternehmen, die Poststelle, ein Einzelhandelsgeschäft, ein Gästehaus, Landwirtschaft und war zudem noch Fischhändler. Einige Gebäude, die er bauen ließ, existieren bis heute. Seine Tochter heiratete Erasmus Zahl, der mit den großen Heringsfängen der damaligen Zeit ein Vermögen machte. Doch nach ihm suchte sich der Handel andere Wege, Kjerringøys Glanz verblasste, schließlich wurde der Platz aufgegeben. 1959 übernahm die Provinz Nordland die verbliebenen Gebäude, um dieses einmalige Kulturdenkmal für die Nachwelt zu erhalten.

15 mittlerweile restaurierte Gebäude stehen heute auf dem Gelände, rote, weiße und gelbe Holzhäuser und Schuppen prägen das Bild, beherrschend sind das Hauptgebäude, das große Warenlager und der Kaufladen. Überall stehen noch alte Gerätschaften, Boote und Einrichtungsgegenstände herum, so als ob die Menschen diesen Platz in Eile verlassen oder keine Verwendung mehr für all die sonderbaren Gerätschaften gehabt hätten. Der Kaufladen schloss erst 1955 und zeigt noch heute die historische Einrichtung.

Der Patron von Kjerringøy, **Erasmus Zahl,** hat in Knut Hamsuns Leben eine entscheidende Rolle gespielt. Der Neunzehnjährige hatte gerade die Erzählung »Bjørger« geschrieben, als er in seiner finanziellen Not beschloss, den reichen Kaufmann Zahl in Kjerringøy aufzusuchen. Der las zwar sein Manuskript nicht, gab ihm aber 1000 Kronen als Startkapital. Hamsun fühlte sich wie im siebten Himmel und machte sich gleich an die Arbeit, überzeugt, dass er von nun an nur noch Schriftsteller sein wollte. Ein Entschluss, der ihm in der Folgezeit viele Entbehrungen bescheren sollte, bis der Roman »Hunger« ihm den Durchbruch brachte. Die Eindrücke, die Hamsun während

ZIELE
BODØ



Das Freilichtmuseum in Kjerringøy katapultiert Sie ins nordnorwegische Küstenleben des 19. und frühen 20.Jahrhunderts.

seiner Kindheit und Jugend in Nordland sammelte, hat er in dem Roman **»Benoni und Rosa«** (1908) verarbeitet. Kjerringøy wird in seinem Werk zu Sirilund, und Mack, die Hauptfigur seines Romans »Pan« (1894), hat verblüffende Ähnlichkeit mit Erasmus Zahl. So ist es nur logisch, dass in Kjerringøy mehrere von Hamsuns Romanen verfilmt wurden.

In der Nähe des Freilichtmuseums befindet sich das **Kulturzentrum Zahlfjøsen**. Zu sehen gibt es dort eine Webstube, eine Bootswerkstatt, eine Galerie und diverses Kunsthandwerk. Im ersten Stock sind Ausschnitte aus 20 Filmen nach Hamsuns Werken zu sehen.

Freilichtmuseum: Ende Mai – Ende Aug. tgl. 11 – 17, Sept. -Dez. Sa. 11.30 –15 Uhr | Eintritt: 150/60 NOK | www.nordlandsmuseet.no

Rago-Nationalpark

Wild und abgelegen

Klein, aber oho!

Nur 171 km² groß ist der Nationalpark Rago (Rago Nasjonalpark) nördlich von Bodø zwischen der E 6 und der schwedischen Grenze. Im Osten schließen sich die schwedischen Nationalparks von Padje-

lanta, Sarek und Stora Sjöfallet an. Mit dem Auto fährt man bei Nordfjord nördlich von Fauske von der E 6 ab und parkt in der Siedlung Lakshola. Rago gehört zu den wildesten und abgelegensten Gegenden Norwegens. Auf den nährstoffarmen Granitböden dieser wilden Gebirgsregion gedeihen viele seltene Pflanzen. Rund um den 1312 m hohen Rago-Berg, dessen Südhang der Rágujiekna-Gletscher säumt, kann man mit Glück den Vielfraß beobachten. Elche und Biber leben im Tal des Laksåga, der durch hohe Fichtenwälder mäandert. **Unterkunft** bieten zwei unbewirtschaftete Hütten: die Storskogvasshytta am Auslauf des gleichnamigen Sees und die Ragohytta (nur zwei Plätze) ca. 1 km vor der schwedischen Grenze sowie Stromhaug Camping bei Straumen (www.stromhaug.no).

Tosende Wasserfälle

Storskog-dalen

Hauptader des Nationalparks ist das **Storskog-Tal** mit dem Trolldalsfluss und dem imponierenden Trollfoss. Wasserfälle tosen hier durch saftig grüne Kiefernwälder, die sich 400 m an den Hängen der Berge hochziehen. Schon bei 1000 m beginnen Schnee- und Firnfelder.

Auf dem Pfad der Samen

Wandern im Nationalpark

Die Wanderung von Lakshola führt östlich zunächst durch das Tal und dann langsam aufwärts ins Gebirge. An der einzigen Hütte des Parks vorbei folgt man dem alten Wanderweg nach Schweden, den schon die Samen nutzten, um die Rentiere von den Sommer- zu den Winterweiden zu treiben. Auf der rechten Seite ragt der kahle Rago-Berg 1300 m in die Höhe. Dort wurden vor dem Ersten Weltkrieg Silber und Blei entdeckt, doch die Vorkommen waren zu gering und der Abbau zu schwierig.



★★ BORGUND-STABKIRCHE

Gebiet: Westnorwegen



Mystische Drachenköpfe, Fabeltiere und Rankenmotive an Giebeln, Portalen und im Kircheninneren erzählen von den heidnischen Einflüssen auf den Bau der Stabkirchen in Norwegen. Die Borgund-Stabkirche am Eingang des Lærdals zählt dabei zu den ursprünglichsten des Landes und ist gleichzeitig die schönste.

Wer ist die Schönste im Land? Die Borgund-Stabkirche liegt im nationalen Ranking an der Spitze.

MEISTERWERKE IN HOLZ

BAEDEKER WISSEN

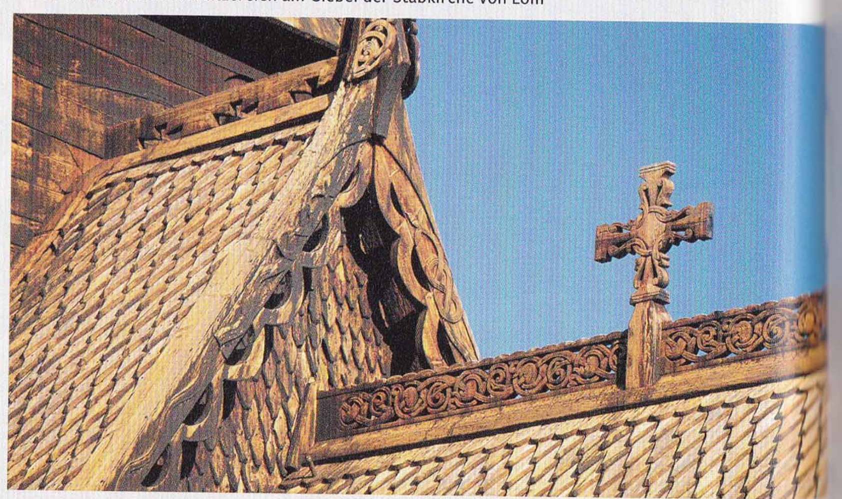
Die hölzernen Stabkirchen (norwegisch »Stavkirker«) sind die bekanntesten und eigenständigsten Zeugnisse mittelalterlicher Baukunst in Norwegen. Von ursprünglich rund 600 dieser Holzkirchen haben nur 31 die Stürme der Zeit bis heute überstanden. Diese werden nun wie Schätze gehütet.

Stabkirchen sind ein- oder dreischiffige Holzkirchen mit einem steilen, mehrstöckig gestuften Dach. Ihren Namen verdanken sie der **Stabbauweise**, die – im Gegensatz zur Blockbauweise mit horizontalen Balken – im Boden oder auf freiliegenden Schwellenrahmen verankerte Pfosten verwendet, die das Satteldach tragen. Ähnlich wie bei den **Schiffskonstruktionen der Wikingerzeit** (Spanten) versteift die Anordnung von Rahmenhölzern, Knaggen und Andreaskreuzen das bauliche Gefüge so stark, dass es den nordischen Stürmen gut standhalten kann. Massive runde Eckstützen stabilisieren die Außenwand, die vom Kircheninneren gelöst ist. Zwischen den Pfosten und Pfeilern im Inneren der Kirche, zu deren Bau weder Eisenteile noch ein einziger Eisennagel verwendet worden sind, gewährleisten die vorhandenen Rundbögen die notwendige Elastizität. Die **Blütezeit** der schon im 9. Jh. nachweisbaren Stabkirchen fällt in das 12. und 13. Jh., also in einen Zeitraum, da mit dem Vordringen des Christentums auch in Skandinavien Steinbauten errichtet wurden.

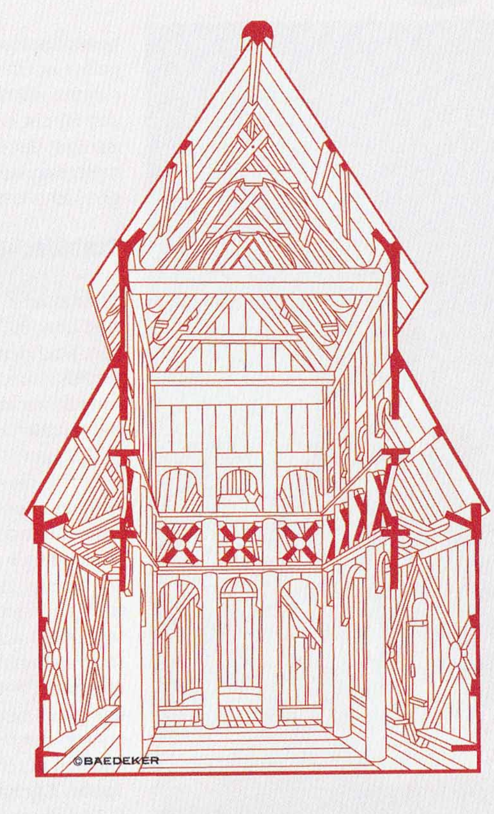
Erbe der Wikinger

Romanische Formen verbanden sich mit der uralten Technik des Holzbaus, während die Ornamentik zunächst noch völlig der Tradition der Wikinger verhaftet war. Aus dieser Periode stammen kunstvoll stilisierte Tier- und Flechtwerkschnitzereien, die durch ihre dekorativen Kompositionen mit Motiven der vorchristlichen Edda-Dichtung eine **fantastische, fast unheimliche Wirkung** erzeugen. Mit der Christianisierung wurde allerdings der als heidnisch betrachtete Figurenschmuck zurückgedrängt und in der normannischen Stilepoche von kargerer Ornamentik abgelöst, die ihre Vorbilder in zeitgenössischen Steinbauten suchte. Zugleich trat neben dem älteren einschiffigen Grundriss der basilikale Typ des Kirchenraums mit überhöhtem Mittelschiff, das durch mastbaumartige Säulen von den Seitenschiffen getrennt wurde. Während sich die römische Basilika zum vorherrschenden Bau entwickelte, entstanden auch die ersten festen Bischofssitze in Norwegen, wo es zuvor nur missionierende Wanderbischöfe gegeben hatte. Allmählich nahm der Figurenschmuck an Formenreichtum wieder zu, und die Wikingertradition erlebte formal eine Renaissance. Die heidnischen Ornamente von einst waren von europäisch

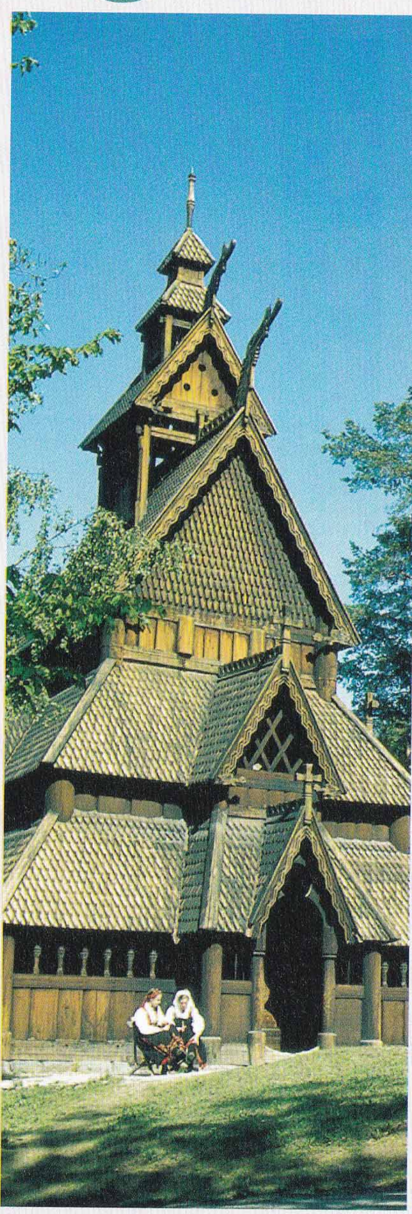
Reich ornamentiert: Schnitzereien am Giebel der Stabkirche von Lom



Aufriss der Borgund-Stabkirche, einer der ursprünglichsten Stabkirchen des Landes







Die Stabkirche von Gol steht heute im Freilichtmuseum Oslo.

beeinflussten christlichen Motiven abgelöst worden. So entstand der berühmte **»Drachenstil«**, benannt nach den Furcht erregenden Drachenköpfen am First der Bauwerke. Große Wandmalereien waren aufgrund der dürftigen Lichtverhältnisse relativ selten.

Stabkirchen heute

Um das Jahr 1300 soll es in Norwegen weit über 600 Stabkirchen gegeben haben. Nachdem die **Pest** dann mehr als die Hälfte der norwegischen Bevölkerung dahinraffte, verfielen die meisten der sakralen Holzbauten, und vom 17. bis zum 19. Jh. wurden viele Kirchen, für die wachsenden Gemeinden zu klein geworden, abgerissen, sodass heute nur noch 31 Stabkirchen – mehr oder weniger verändert – erhalten sind. Die meisten dieser Holzkirchen stehen noch an ihren ursprünglichen Standorten. Einige wurden an andere Orte versetzt und als museale Sakralbauten neu errichtet (▶Karte, S. 87). Um die Mitte des 19. Jh.s erwachte ein neues Interesse an den mittelalterlichen Gotteshäusern durch den norwegischen Maler **Johan Christian Clausen Dahl**, seit 1824 außerordentlicher Professor der Kunstakademie zu Dresden, der nach häufigen Reisen in seine norwegische Heimat den Kampf um die Erhaltung der einzigartigen Kulturdenkmäler begann. Er veranlasste den preußischen König Friedrich Wilhelm IV. die Stabkirche von Vang in Valdres zu erwerben, die zuerst auf der Pfaueninsel bei Berlin und später in Brückenberg im Riesengebirge wiederaufgebaut wurde. Damit rückte er die norwegische Stabkirche ins Rampenlicht der Öffentlichkeit. Nun ging man daran, die noch vorhandenen Sakralbauten zu konservieren, wobei allerdings auch durch so manche Restaurierungsarbeiten der ursprüngliche Eindruck verfälscht wurde. So brachte man Fensteröffnungen an, während der Kirchenraum früher nur durch hoch gelegene, kleine Luken schwach erhellt worden war. Die noch erhaltenen Stabkirchen stehen im südlichen Teil Norwegens, der nordwärts bis nach Trondheim reicht.



BORGUND ERLEBEN



LÆRDAL TOURISTINFORMATION
Øyraplassen 14, Lærdal
Tel. 48 27 75 26
www.sognefjord.no

ANREISE
Die berühmte Kirche von Borgund erreichen Sie von der aus dem Valdres kommenden E 16 her. Um die Gegend rund um Borgund zu besuchen, bietet sich als Stützpunkt besonders das Lærdal mit dem Hauptort Lærdalsøry an. Seit dem Jahr 2000 verbindet der längste Straßentunnel der Welt (24,5 km) das Lærdal mit dem Aurland (in südlicher Richtung). Die Fahrzeit auf der E 16 nach Bergen wird um mehrere Stunden verkürzt.

LINDSTRØM HOTEL €€€
Hotel mit interessanter Mischung aus Nationalromantik und modernen Elementen. Wer möchte, kann hier auch gut und teuer essen. Geöffnet Anfang Mai bis Ende September.
Lærdal
Tel. 57 66 69 00
www.lindstroemhotel.no

LÆRDAL FERIE- OG FRITIDSPARK €€
Fünf-Sterne-Campingplatz am Ende des Lærdalsfjords mit komfortablen Hütten, Café und Restaurant.
Lærdal, Grandavegen 5
Tel. 57 66 66 95
www.laerdalferiepark.com

Norwegens schönste Stabkirche

Die norwegischen Stabkirchen entstanden in der viele Jahrzehnte andauernden Übergangszeit vom heidnischen zum christlichen Glauben. Animistische Vorstellungen, magische Symbolik und Schutzzauber gegen böse Geister flossen beim Bau der Stabkirchen also mit ein. Die nach Osten und Westen zeigenden Drachenköpfe entsprechen den Wasserspeiern an Kirchen der Romanik, Gotik und Renaissance und sollen durch ihr furchterregendes Aussehen böse Kräfte fernhalten.

Die recht kleine, mit Teer geschwärzte Stabkirche von Borgund wurde vermutlich schon um 1150 erbaut. Bis auf ein nachträglich eingeschnittenes Fenster ist sie **stilgerecht restauriert** und zeigt noch heute die ursprüngliche Anlage. In sechs Stufen steigt das mit Holzschindeln bedeckte Dach empor, von seinen obersten Giebeln ragen geifernde Drachenköpfe in die Luft und knüpfen an alte heidnische Traditionen an. Die beiden Portale sind mit schönen Ornamenten geschmückt. Besonders prachtvoll sind die Holzschnitzereien des Westportals, das neben Rankenmotiven kämpfende, drachenähnliche Tiere zeigt. Von der ursprünglichen Ausstattung im streng wirkenden Kircheninnern sind nur noch die Kanzel aus dem 16. Jh. und ein Altar von Anfang des 17. Jh.s erhalten. Wuchtige Holzsäulen tragen die kunstvolle Dachkonstruktion und trennen das Hauptschiff von den niedrigeren Seitenschiffen. Die Säulen sind untereinander durch Andreaskreuze abgestützt und tragen an ihren Enden geschnitzte Masken, die Menschenköpfe und Fabeltiere zeigen. Südlich der Stabkirche erhebt sich der Glockenturm zwischen der alten und der neuen Kirche.

Mitte April – Mitte Okt. tgl. 10 – 17 Uhr | Eintritt: 100/80 NOK |

Rund um Borgund

Im Zeichen des Lachses

Lærdal

Von Borgund führt die Straße dann durch die malerische Schlucht Svartegjel, die der Lærdalselv, einer der bekanntesten Lachsflüsse Norwegens, durch den Felsriegel der Vindhella eingeschnitten hat. Hinter Husum fährt man durch eine weitere großartige Felsschlucht und erreicht schließlich das verschlafene Städtchen **Lærdalsøyri**. Schon seit Mitte des 19. Jh.s kamen britische Adlige zum Lachsfischen hierher und der Ort war über Jahrhunderte ein wichtiger Fjordhafen. Der alte Stadtkern aus dem 17. Jh. mit seinen zahllosen Holzhäusern steht unter Denkmalschutz.

Das größte Lachsaquarium Norwegens

Villakssenter

Vor einigen Jahren eröffnete am Ufer des Lærdalselv das Villakssenter. Hier erfährt man alles über den Lebensraum und die Wanderung der Lachse, auch die Geschichte des Lachsfangs wird beleuchtet. Durch große Schaufenster kann man im 20 m langen Aquarium Lachse und Meeresforellen beobachten.

Øyraplassen 14 | wg. Umbau geschlossen | www.norsk-villakssenter.no

Atemberaubende Fährfahrt

Nach Aurland oder Sognefjord

Wer Zeit hat, sollte Richtung Aurland nicht den Tunnel, sondern die Fährfahrt zwischen Kaupanger (▶Sognefjord) und Gudvangen mit der atemberaubenden Passage durch den Nærøyfjord wählen.

DOVREFJELL

Gebiet: Ostnorwegen | **Höhe:** 982 – 2286 m.ü. d. M.

Die beiden Hauptattraktionen des Dovrefjell-Sunndalsfjella-Nationalparks sind die archaischen Moschusochsen und die majestätische Snøhetta, immerhin der höchste Berg Norwegens außerhalb von Jotunheimen. Selbst im Sommer ist der Gipfel, der aus der Ferne eher einer Kuppe gleicht, noch von einer weißen Schnee- und Firnhaube bedeckt.



DOVREFJELL ERLEBEN



OPPDAL TURISTKONTOR
Olaf Skasliensvei 1, 7340 Oppdal
Tel. 47 46 72 30
www.oppdal.com



Der Fluss Driva bietet viele Möglichkeiten zum **Kajakfahren**, von familienfreundlicher Flussfahrt bis zum Wildwasserabenteuer. Auch bieten geschulte Führer Rafting-Touren an – Kontakt über die Touristinformation. Außer zu Wasser gibt es auch zu Lande viele Möglichkeiten der Betätigung: Für **Radfahrer** werden mehrere Touren angeboten; Leihräder kosten etwa 125 NOK pro Tag. **Fallschirmsprünge** sind teuer, aber spektakulär. Neben Tandemsprüngen auch für Anfänger gibt es Fallschirmsprung-Kurse. Infos über die Touristinformation oder skydiveoppdal.no. Ein besonderes Erlebnis ist eine **Bootstour** mit der »Trollheimen II« auf dem Gjevilvatn durch die Trollheim-Bergwelt. Buchung über die Touristinformation.
Moschusochsen-Safari: Wer die Begegnung mit Moschusochsen nicht dem Zufall überlassen will, schließt sich einer geführten Wanderung an (Hauptsaison tgl. ab Kongsvold Fjellstue, Tel. 72 40 43 41, oder über Moschus-Safari Dovrefjell, Tel. 46 42 01 02, www.moskussafari.no, oder Touristinformation Dombås; Erwachsene ab 350, Kinder ab 200 NOK).



OSS TÅLLÅST €-€€
Zwischen nüchtern und gemütlich liegt der Einrichtungsstil in dieser Kaffeebar mit Bäckerei. Süßes Gebäck, dazu eine Tasse Kaffee - eine willkommene Pause beim Spaziergang (So. geschl.).
Nyvegen 3, Oppdal
Tel. 48 08 77 66
www.osstallast.no



KONGSVOLD FJELLSTUE BJERKELØKKJA €€€
Rund 8 km westlich von Oppdal steht in schöner Lage ein Ensemble von teils Hunderte Jahre alten Häusern, die komfortable und äußerst gemütliche Übernachtungsmöglichkeiten bieten. Besonders hübsch: die 4 »Stabbur«, ehemalige Speichergebäude.
Bøasæterbakken 13, Oppdal
Tel. 48 04 63 00
www.bjerkelokkja.no

Bei den Moschusochsen

Urzeitliche Bewohner der arktischen Tundra
In der kargen, von der Eiszeit geprägten Gebirgslandschaft des Nationalparks fühlen sich rund 300 Moschusochsen wohl. Auch im Sommer ist ihr zotteliges Fell am Hinterteil gut einen halben Meter lang und reicht fast bis auf den Boden. Im Winter schützt es sie vor eisiger Kälte und Schneestürmen, den Sommer verbringen sie am liebsten auf dem Fjell **oberhalb der Baumgrenze**. Sie haben zwar den massigen Körper von Bisons, erreichen aber nur die Größe von Shetlandponys, mit Ochsen haben sie nichts gemein, denn verwandt sind sie mit Ziegen. Meist legen sie ein energiesparendes Phlegma und scheinbares Desinteresse an ihrer Umwelt an den Tag. Wenn sie sich bedroht fühlen, bildet die kleine Herde eine Wagenburg und wartet ab, ob sich der Eindringling zurückzieht. Wenn nicht, gehen sie zu blitzschnell ausgeführten Scheinangriffen über, erst wenn auch das noch nicht ausreicht, folgt ein ernsthafter Angriff, bei dem die geschwungenen Hörner zu gefährlichen Waffen werden.
Moschusochsen besiedelten während der letzten Eiszeit alle eisfreien Gebiete Europas und Asiens. Doch nach dem Abschmelzen des Eises verschwanden sie fast vollkommen, wahrscheinlich, weil ihnen das wärmere Klima nicht bekam. Viele Tiere wurden auch Opfer der effektiveren Jagdmethoden des Menschen. In den 1930er-Jahren wurde erstmals versucht, einige Tiere aus Grönland auf dem Dovrefjell anzusiedeln, doch alle wurden Opfer des Zweiten Weltkrieges. Zwischen 1947 und 1953 wurde mit 27 Kälbern ein neuer Versuch auf dem Dovrefjell gestartet, von denen einige überlebten. Sie bildeten den Grundstock für den heutigen Bestand von **rund 300 Tieren**, die weitestgehend sich selbst überlassen werden.

Zottelberge auf dem Fjell: Rund 300 Moschusochsen leben wieder im Nationalpark.



Von Nadelwald bis kargem Fjell

Vegetation

Der nördlichste Gebirgszug Fjellnorwegens wurde 2002 als Dovrefjell-Sunndalsfjella-Nationalpark unter Schutz gestellt. Das 1693 km² große Nationalparkgebiet wird durch die Europastraße 6 in einen größeren West- und einen kleineren Ostteil geteilt. Nicht zu übersehen sind die **Spuren der letzten Eiszeit**, die zahlreichen Moränenhügel und Sanderflächen wirken oft wie Schutthalden.
Eindrucksvoll ist auf dem Weg zum Fjell der Wechsel der Vegetation zu beobachten. Ein zunächst geschlossener Nadelwald geht in einen immer lichter werdenden Birkenbestand über, bis sich nur noch das karge Fjell ausbreitet.

Straße der Könige

Kongevegen

Bereits zu Zeiten der Wikinger lag hier eine der Hauptverkehrsadern des Landes. Aus diesem Grund wird diese Straße auch Kongevegen (Königsweg) genannt.

Viele Vogelarten und ein großer Troll

Fokstumyra

Hinter dem kleinen Ort **Dombås** steigt die Straße kontinuierlich an und erreicht nach 10 km Fokstua (982 m). Links der Straße erstreckt sich das Hochmoor Fokstumyra. Zur Brutzeit können hier bis zu 130 verschiedene Vogelarten beobachtet werden. Von der Eisenbahnstation und dem **Fokstua Gard** gibt es einen markierten Rundweg durch das Vogelschutzgebiet.
Rechts bietet sich ein Blick auf den 1716 m hohen **Fokstuhø**, den man in knapp drei Stunden besteigen kann. Am Ende des Vålåsjø führt ein Seitenweg zur **Dovregubbens Hall**. Hütten, Galerie, Restaurant und Souvenirshop laden zu einem Stopp ein, der große Troll ist ein beliebtes Fotomotiv.

Aussicht mit Auszeichnung

Hjerkinn

Hjerkinn liegt in einem breiten Hochtal des Dovrefjell und zählt zu den trockensten Orten Norwegens. Westlich erstreckt sich ein militärisches Sperrgebiet. Kurz darauf passiert man den höchsten Punkt der Straße (1026 m). Vom Parkplatz bei Hjerkinn führt ein »Kulturpfad« zur auf 1200 m Höhe gelegenen **Tverfjellhytta**, einer Aussichtskanzel aus Stahl, Holz und Glas mit spektakulärer Architektur, die 2011 von dem weltbekannten Architekturbüro Snøhetta konzipiert und im selben Jahr mit dem Best Nordic Building Award ausgezeichnet wurde.
In 1,5 Std. gelangt man zu Fuß nordostwärts zum **Hjerkinnhø** (1282 m), der eine herrliche Aussicht auf die Snøhetta und die Gebirgsmassive ▶Rondane-Nationalpark und ▶Jotunheimen bietet.

Fotomotive, wohin man blickt

★ Dovrefjell-Nationalpark

Nun geht es durch das Tal der Driva abwärts in den Dovrefjell-Nationalpark mit seinen Hochgebirgspflanzen, Moschusochsen und wilden Rentieren. Nach 12 km erreicht man die **Kongsvold Fjellstue** an der gleichnamigen Bahnstation. Hier befindet sich eine biologische Forschungsstation der Universität Trondheim, die den 700 m hinter dem Berghotel gelegenen, kleinen botanischen Garten mit alpinen Pflanzen angelegt hat.
Kongsvold ist Ausgangspunkt für die Besteigung des östlich aufragenden Søndre Knutshø (3 – 5 Std.) und für die Wanderung zur Reinheim Hütte (4 – 5 Std.). Weiter abwärts im engen Tal der Driva musste die Straße teilweise in den Fels gesprengt werden. Als es die Straße noch nicht gab, war dies der gefährlichste Teil des Kongevegen. Drei Kilometer nördlich von Kongsvold wurde ein sechs Kilometer langer Abschnitt des historischen Pilgerweges als Vårstigen instandgesetzt, markiert und mit Infotafeln versehen.
Das Bahnhofsgebäude von **Drivstua** ist ein ebenso beliebtes Fotomotiv wie die Schlucht **Magalaupet**, durch die auf etwa 100 m Länge die Driva schäumt.
Nun wird das Tal wieder breiter; rechts erhebt sich der steile Ålmenberg, den man von **Oppdal** aus in drei Stunden besteigen kann. Beim Verkehrsknotenpunkt Oppdal liegt das neben Trysil größte zusammenhängende alpine Skigebiet Norwegens. Die Kirche von 1651 mit ihrem spitzen Turm ist bereits von Weitem sichtbar. Die Innenausstattung dieser hübschen Kreuzkirche mit ihren alten Malereien stammt aus dem 17. und 18. Jahrhundert.

Wandern auf den Spuren der Könige

Besteigung der Snøhetta

Einer der besten Ausgangspunkte für Wanderungen im Dovrefjell bildet die **Kongsvoll stasjon** an der Bahnstrecke zwischen Oslo und Trondheim. Weniger hingegen eignet sich die Bahnstation Hjerkinn, da man von dort aus militärisches Übungsgelände durchqueren müsste.
Für die Besteigung der Snøhetta folgt man vom Bahnhof aus dem Wanderweg in westlicher Richtung durch das Stroplsjødalen. Der Weg führt über die Baumgrenze und nach ca. 2 Std. an der Hestgjeterhytta vorbei, die im Sommer zur Pferdezucht dient. Nach weiteren 3 Stunden. ist das Tagesziel **Reinheim** erreicht.
Der nächste Tag beginnt mit der Besteigung der Snøhetta (2286 m). Diese Tagestour endet wieder bei der Reinheimhütte. Auf einem markierten Weg wird über die Ostflanke der Südgipfel der Snøhetta erklommen. Die Sicht über das gesamte Dovrefjell ist eindrucksvoll, wenngleich etwas getrübt durch den Militär-Hubschrauberlandeplatz. Beim Abstieg über die Nordflanke muss man auch im Sommer noch mit Schneefeldern rechnen. Der Weg führt in nordwestlicher Richtung direkt auf den **mit einem roten »T« gekennzeichneten Hauptwanderweg**, der zwischen Reinheim und Åmotdalshytta verläuft. Bei der Wegkreuzung wendet man sich nach rechts und gelangt so wieder nach Reinheim. Der Rückweg von Reinheim nach Kongsvoll gleicht dem Anmarsch.

★★ GEIRANGERFJORD

Gebiet: Westnorwegen

F 4

Fast senkrecht ragen die Felswände an seinen Ufern auf, Wasserfälle rauschen donnernd in die Tiefe, Kreuzfahrtschiffe funkeln strahlend weiß auf der dunklen Wasseroberfläche, dazu führen atemberaubende Serpentinenstraßen in den kleinen Ort Geiranger. Der Geirangerfjord ist eine der größten Naturschönheiten des Landes und UNESCO-Weltnaturerbe.

Schönste Fjordlandschaft der Welt

Je weiter die Fjorde ins Landesinnere vordringen, desto enger werden sie. So auch der Geirangerfjord, eine nur 15 km lange Fortsetzung des Sunnylvsfjords, der seinerseits vom Storfjord abzweigt. Schon als hier die ersten Dampfer anlegten, wurde vom Geirangerfjord als »erhaben« und »mächtig« geschwärmt, die UNESCO adelte ihn als dramatische Naturlandschaft und die mit Abstand schönste Fjordlandschaft der Welt.

Von seinen fast senkrechten Felswänden, die zum Greifen nahe scheinen, ergießen sich Wasserfälle mit so klangvollen Namen wie **»Der Brautschleier«**, **»Die Sieben Schwestern«** und **»Der Freier«**. Postkartenmotive bieten auch die weißen Kreuzfahrtschiffe, von denen an manchen Tagen gleich mehrere im Fjord vor Anker liegen. Wenn dann auch noch das Hurtigrutenschiff einläuft, das im Sommer den Abstecher in den Geirangerfjord macht, gehen mehrere Tausend Menschen gleichzeitig an Land. Sie überschwemmen den kleinen Ort Geiranger, der nur von und für Touristen lebt, auf der Suche nach Postkarten und Souvenirs. Zu den meisten Landgängen gehört auch eine Busfahrt zu den schönsten Aussichtspunkten entlang des Adlerwegs oder auf der anderen Seite des Ortes hinauf zum Flydalsjuvet oder zum Aussichtsberg Dalsnibba.

Wer genau hinschaut, entdeckt hoch über dem Fjord auf winzigen Vorsprüngen verlassene **Höfe**. Früher wurde jedes noch so kleine Stück Wiese im Fjordland genutzt, auch wenn es nur über abenteuerlich steile Pfade zu erreichen war. Die letzten dieser Höfe wurden Mitte des vorigen Jahrhunderts verlassen, zu mühselig, zu karg, zu gefährlich und zu einsam war das Leben den Menschen mittlerweile dort. Seit einigen Jahren werden die Höfe immer öfter vor dem Verfall bewahrt und bilden einen wichtigen Teil des Kulturerbes. Einer der bekanntesten ist **Skagaflå**, fast 300 m über dem Fjord. An manchen Stellen ist hier der Berghang so steil, dass man nur mithilfe einer Leiter hinaufkommt. An diesem ungewöhnlichen Ort haben König Harald und Königin Sonja 1993 ihre silberne Hochzeit gefeiert, hier findet man auch die Plakette, die den Geirangerfjord als Weltnaturerbe ausweist.

Rund um den Geirangerfjord

Grandiose Aussichten

Zufahrtsstraße

Die enge und kurvenreiche Straße nach Geiranger (RV 63) zweigt westlich von Grotli beim See Langvatnet von der E 15 ab. Sie führt zunächst am Djupvatnet entlang, an dessen Westende das Hotel Djupvasshytta steht. Hier lohnt ein Abstecher zum **Dalsnibba**. Von Juni bis September kann man auf der Serpentinenstraße Nibbevegen bis zum Gipfel des 1495 m hohen Berges fahren. Von der im Sommer 2016 neu eröffneten **Plattform mit Skywalk** bietet sich eine großartige Aussicht auf die Berge und den tief unten liegenden Geirangerfjord.

Extreme erleben

Straße nach Geiranger

Wieder auf der RV 63 beginnt eine eindrucksvolle Hochgebirgsfahrt. Die Straße nach Geiranger wurde 1885 fertiggestellt und überwindet mit bis zu 8 % Gefälle in 20 z. T. sehr engen Kehren und einigen Brücken einen Höhenunterschied von 1000 m, bis sie den Ort Geiranger

Norwegens wohl bekanntestes Postkartenmotiv ist der Geirangerfjord.



GEIRANGERFJORD ERLEBEN



GEIRANGER TURISTKONTOR

Geirangervegen 2, 6216 Geiranger
Tel. 70 26 30 99
www.fjordnorway.com/geiranger



Eine **Rundfahrt** auf dem Geirangerfjord gehört zu den Höhepunkten jeder Norwegenreise. Von Juni bis August bricht die »MS Geirangerfjord« täglich vom alten Fährkai in der Nähe des Touristenbüros zu 90-min. Fjordrundfahrten auf (Abfahrt ab 9.15 bis 17.30 Uhr etwa stündlich. Ticket ab 450 NOK, Kinder 225 NOK. Wartezeiten einkalkulieren!).
Die **Autofähre zwischen Geiranger und Hellesylt** verkehrt von Mai bis September, in der Hauptsaison bis zu achtmal täglich, trotzdem ist mit Wartezeiten zu rechnen.
Zwischen Geiranger und Valldal verkehrt die Fähre von 15. Juni bis 15. August (Abfahrt Valldal 10.30 und 15.30 Uhr, Abfahrt Geiranger 13 und 18 Uhr).



Nahe dem Campingplatz am Fjordende werden **Seekajaks** vermietet (Kayak More Tomorrow, Tel. 48 65 04 09, www.kajakmoretomorrow.com).
Das **Rafting**zentrum in Valldal bietet im Sommer täglich 4-stündige Touren an, Treffpunkt ist am Touristenbüro (11 und 15, sonntags 13 Uhr, Tel. 90 01 40 35).
Downhillbiker können eine spektakuläre 17 km lange Tour buchen: Mit dem Auto geht es zur Djupvashütte hinauf und dann mit einem Guide rasant nach Geiranger hinunter (Geiranger Adventure, Stefånaustet, Tel. 47 37 97 71).

RESTAURANT JULIE €€€

Das ausgezeichneten Restaurant des Union-Hotels bietet typisch norwegische Gerichte à la carte. Spektakulär: auf der Nina-Grieg-Terrasse mit grandioser Aussicht einen Aperitif zu sich zu nehmen. Das Hotel verfügt darüber hinaus über eine Schwimmhalle mit Außenbecken und ein Spa sowie einen überwältigenden Ausblick über den Geirangerfjord. Dazu kommen einige Oldtimer, die man für Ausfahrten (mit Chauffeur) mieten kann. Unbedingt Zimmer mit Fjordblick buchen!
Geirangervegen 101 (RV 63)
ca. 1 km oberhalb des Zentrums von Geiranger
Tel. 70 26 83 00
www.hotelunion.no

JUVET LANDSKAPSHOTELL €€€€

Natur pur: Durch die großen Glaswände der sieben Landschaftszimmer bietet sich ein überwältigender Ausblick in die Wälder. Es gibt auch zwei winzige »Vogelnester« und ein Badehaus sowie ein Restaurant in einer 100 Jahre alten, umgebauten Scheune. Preisgekrönte Architektur.
Alstad 24, Valldal
Tel. 95 03 20 10
https://juvet.com

WESTERÅS HYTTEUTLEIGE €€

Das bäuerliche, schön eingerichtete Speiselokal ist auch bei Einheimischen sehr beliebt. Das Haus ist über 400 Jahre alt. Wer bleiben möchte: Zum Hof gehören Hütten und Ferienwohnungen.
4 km vor Geiranger
Tel. 93 26 44 97
www.fjordnorway.com geiranger/westeras

erreicht. Auf dieser Strecke erlebt man einen plötzlichen Übergang vom rauen Hochgebirgsklima zu der angenehmen Milde des geschützten Tals.

Und ... knips!

Flydal

Hinter der Øvre Blåfjellbro bietet sich ein großartiger Ausblick auf die von Geiranger in Kurven aufwärts nach Eidsdal ziehende »Adlerstraße«: links das **Flydalshorn**, rechts das **Vindåshorn**, dahinter das 1779 m hohe **Såthorn**. Dann führt der Weg über die Nedre Blåfjellbro. Rechts stürzen die Fälle des Kvandalselv in die Tiefe. Weiter gelangt man über die erste Talstufe abwärts zur zweiten, dem Flydal. Hinter Ørjeseter befindet sich der **Flydalsjuvet** mit schöner Aussicht. Die Aussichtspunkte, die hier im Rahmen des Projekts »Norwegische Landschaftsrouten« angelegt wurden, befinden sich auf zwei Plateaus, die durch einen Weg verbunden sind. Von hier werden die meisten Kalenderfotos geschossen, die den Geirangerfjord zeigen.

Leben am Fjord

Geiranger

Schließlich erreicht man Geiranger, einen kleinen Hafen und oft überfüllten Touristenort in schöner Lage am Ostende des Fjords. Das **Fjordzentrum** in Geiranger dokumentiert die Lebensbedingungen entlang der Fjorde: Die Besucher werden durch eine altertümliche Siedlung geführt und lernen, wie diese einzigartige Landschaft entstand und was sie heute bedroht.
Norsk Fjordsenter: tgl. 10 – 16 Uhr | Eintritt: 130/70 NOK | www.fjordsenter.com

Mit dem besten Ausblick auf den Geirangerfjord

Ørnevegen

Von hier folgt die RV 63 dem Nordufer des Geirangerfjords und erreicht nach drei Kilometern die Møllgårdene, eine Ansammlung von über 200 Jahre alten Häusern. Hier beginnt die **Adlerstraße** (Ørnevegen), die den Geiranger- mit dem Norddalsfjord verbindet. Zunächst verläuft die Straße über elf Serpentinen nach Korsmyra, wo sie ihren höchsten Punkt erreicht. Von der obersten Serpentine, dem **Ørnesvingen**, genießt man den besten Ausblick über Geiranger, den Geirangerfjord, die Wasserfälle »De syv søstrene« (Die Sieben Schwestern) und das Berggehöft Knivsflå. Auch die Kreuzfahrtschiffe, die unten auf dem Fjord ankern, sind von hier gut zu sehen. Auch dieser Aussichtspunkt wurde als Teil des Projekts Norwegische Landschaftsrouten angelegt.
Anschließend führt die Adlerstraße am **Eidsvatn** vorbei wieder bergab bis nach Eidsdal am Norddalsfjord. Dort ist die achteckige Kirche von 1782 sehenswert. Eine Fähre führt nach Linge am Nordufer des Fjords. Auf der RV 63 gelangt man von Linge aus östlich nach Åndalsnes, westlich führt die Route nach ▶Ålesund.

Weitere Möglichkeiten, den Geirangerfjord vom Wasser aus zu erleben, bieten sich von der Fähre, die Hellesylt mit Geiranger verbindet, und auf einem Tagesausflug mit den täglich verkehrenden Hurtigruten-Schiffen von Ålesund.

GUDBRANDSDAL

Gebiet: Ostnorwegen

E 6/7

»Tal der 1000 Möglichkeiten«

Für viele Norweger ist es wegen seiner historischen und kulturellen Bedeutung das »Tal der Täler« oder werbewirksam das »Tal der tausend Möglichkeiten«. Zudem verläuft durch das rund 200 Kilometer lange Tal seit dem Mittelalter einer der wichtigsten Verkehrswege Norwegens.

Im Mittelalter reisten Pilger und Könige von Oslo nach Nidaros, dem heutigen Trondheim, durch das Gudbrandsdal, weil es der sicherste und einfachste Weg war. Auch wenn sich der wild schäumende Lågen an einigen Stellen durch enge Schluchten zwängen muss, war der Weg über das Gebirge damals doch noch viel beschwerlicher. Eine wichtige Rolle spielte auch der 100 km lange **Mjøsasee** (▶ Myøsa), der die Fortsetzung des Gudbrandsdal nach Süden bildet, auf ihm konnten die Waren aus dem fruchtbaren Tal viel einfacher als auf dem Landweg nach Oslo transportiert werden, während die feinen Herrschaften stilvoll mit dem Dampfer reisten. Ein Relikt aus dieser Zeit ist der »Skibladner«, der zwar nicht mehr im Liniendienst verkehrt, aber immer noch als weißer Schwan vom Mjøsasee Nostalgiereisende verzückt.
Die Nobelpreisträger Knut Hamsun und Bjørnstjerne Bjørnson fanden im Gudbrandsdal viele Anregungen für ihre Werke, Sigrid Undset, ebenfalls mit dem Nobelpreis für Literatur ausgezeichnet, verbrachte ihr halbes Leben in Lillehammer, und auch ihre bekannteste mittelalterliche Heldin, Kristin Lavransdatter, erlebte ihre Abenteuer im »Tal der Täler«. Auch der sagenhafte **Peer Gynt** soll hier gelebt haben. Ein Gedenkstein für ihn steht in Vinstra, seinem angeblichen Hof in Håga.
Viele alte **Bauernhöfe** mit Häusern aus verwittertem Holz zeugen bis heute von der langen Geschichte dieser Kulturlandschaft. Der Talboden, aber auch die Hänge bis hinauf zur Baumgrenze, werden seit jeher landwirtschaftlich genutzt. Den alten, beschwerlichen Pilgerweg hat die gut ausgebaute **E 6** abgelöst, auf der sich im Sommer endlose Wohnmobilkarawanen auf den Weg zum Nordkap machen.



Wie Gulliver fühlt man sich in Lilleputthammer in Øyer.

Doch wer sich nur ein wenig von dieser Hauptverkehrsader entfernt, auf die angrenzenden Hochebenen fährt oder die Seitentäler Gausdal, Espedal, Vinstradal, Heidal und Ottadal erkundet, wird noch viel vom ursprünglichen Charme dieser Gegend entdecken.
Auch **der bekannteste und eigenwilligste Käse Norwegens** kommt aus dem Gudbrandsdal. In jedem Supermarkt sind die braunen Blöcke zu finden, die als Gudbrandsdalsost, Fløtemysost, Brunost oder Ekte **Geitost** verkauft werden. Für die Norweger gehört dieser Käse – der eigentlich gar kein Käse ist, denn Molke und Sahne müssen auf kleiner Flamme langsam köcheln, bis der »Käse« fertig ist – auf den Frühstückstisch und auch zum Kaffee wird er gern gegessen (S. ▶ 104).

GUDBRANDSDAL ERLEBEN



OTTA TURISTKONTOR
Ola Dahls gate 1, 2670 Otta
Tel. 61 24 14 44
www.nasjonalparkriket.no



Eine **Schlauchbootfahrt** auf dem wilden Fluss Sjoa im Heidal ist ein sportliches Gruppenereignis wie auch ein einmaliges Naturerlebnis. Als Einstieg wählt man am besten eine dreistündige Wildwasserfahrt der Schwierigkeitsstufe zwei bis drei.
Sjoa Rafting, Heidal
Tel. 90 07 10 00
www.sjoarafting.com



NORDRE EKRE €€€
Ein typischer alter Gudbrandsdal-Hof – Holz, Grassodendach – wurde zum Gasthof und Hotel umgebaut. Die Küche ist regionaltypisch, die Rohstoffe kommen aus unmittelbarer Umgebung und werden liebevoll und gekonnt zubereitet. Käse spielt natürlich eine große Rolle. Wenn Sie hier übernachten, werden Sie sich wie in einem früheren Jahrhundert fühlen – mit neuzeitlichem Komfort.
Nedre Heidal, Heidalsvegen 1265
Tel. 48 12 08 66
nordre-ekre.no

PILLARGURI CAFÉ €€
Seit über 100 Jahren steht das eher unscheinbare Holzhaus im Zentrum von Otta. Ebenso lang ist es ein Treffpunkt für alle, die unprätentiös essen wollen: deftige norwegische Gerichte, Pasta, Salate, Pizza aus dem Ofen. Gelegentlich gibt es auch Livemusik.
Otta, Storgata 7
Tel. 61 23 01 04
www.pillarguricafe.no



SYGARD GRYTTING €€-€€€
Der Hof bei Harpefoss (70 km nördl. von Lillehammer) war schon vor 700 Jahren Pilgerherberge, die bereits in 16. Generation betrieben wird. Sie können in der uralten Herberge übernachten oder in einem der liebevoll eingerichteten Zimmer. Individualreisende sind im Sommer willkommen, sonst ist es Gruppen vorbehalten.
Sør-Fron, Tel. 61 29 85 88
www.grytting.com

Wohin im Gudbrandsdal?

Im Inneren eines Trolls

Hunderfossen

Von Lillehammer folgt die E 6 dem Fluss Lågen aufwärts durch das Gudbrandsdal. Nördlich der Stadt liegt das **Hunderfoss-Kraftwerk**, das von einem künstlichen See gespeist wird. Bald darauf gelangt man zum **Familienpark Hunderfossen**, der schon aus der Ferne durch seinen 14 m hohen sitzenden Troll auszumachen ist. In dessen Innern befindet sich eine Abenteuergrotte, in der norwegische Volksmärchen lebendig werden (▶ Lillehammer). Im Winter kann man sich im **Hunderfossen Winterpark** vergnügen: Mit einem Drink an der Eisbar, einer Übernachtung im Eishotel oder beim Eisbowling. Unweit des Familienparks liegt die **nördlichste Bob- und Rodelbahn** der Welt, wo während der Olympischen Winterspiele 1994 alle Bob- und Rodelwettbewerbe stattfanden. Hier kann man im Sommer eine rasante Radbobfahrt unternehmen.
Wer sich für den Tunnel- und Straßenbau von mittelalterlichen Pilgerwegen bis hin zu zeitgenössischen Hightech-Werken informieren möchte, sollte das **Norwegische Straßenbaumuseum** bei Hunderfossen besuchen, das anschaulich vermittelt, wie schwierig es in Norwegen ist, die Infrastruktur weiterzuentwickeln.

Hunderfossen Familiepark: Fossekrovegen 22 | Hauptöffnungszeiten Mitte Juni – Aug. tgl. 10 – 17, Juli bis 18 Uhr | Eintritt: ab 422 NOK | www.hunderfossen.no
Hunderfossen Vinterpark: Jan. – Anf. März | www.vinterparken.no
Norsk Vegmuseum: Hunderfossvegen 757 | Mitte Juni – Mitte Aug. tägl. 10 – 17, sonst Di. – So. 10 – 15 Uhr | Eintritt: frei | www.vegmuseum.no

Zu Besuch in Liliput

Øyer

Ca. 6 km nach Hunderfossen steht rechts am Berg die im Stil des Bauernbarock gehaltene Kirche Øyer von 1725. In der Ortschaft Øyer liegt die **Hafjell-Olympia-Anlage** mit mehreren Skiliften und 20 Pisten. Eine Attraktion für Kinder bietet **Lilleputthammer** beim »Øyer Gjestegård« (Gasthof): eine Rekonstruktion in Miniaturformat der Storgata von Lillehammer, wie sie in den 1930er-Jahren aussah, sowie verschiedenste weitere Angebote für Kinder.

Lilleputthammer: Hundervegen 41 | Ende Mai – Mitte Aug. tgl. 9/10 bis 17/18 Uhr | Eintritt: ab 289 NOK | www.lilleputthammer.no

Farbenfreude

Ringebu-Stavkirke

Die alte Hauptstraße durch das Gudbrandsdal und der Königsweg nach Trondheim führten einst an der um 1200 erbauten **Stabkirche von Ringebu** vorbei, heute muss man einen kurzen Abstecher von der E 6 machen. Die Kirche, auf einer heidnischen Kultstätte errichtet, wurde etwa 1630 um Chor, Querschiff und Seitenschiffe erweitert und zeigt sich heute mit einem charakteristischen roten Dachreiter. Die farbenfrohe Inneneinrichtung stammt aus dem 17./18. Jh., darunter ein geschnitztes Altarbild und eine Kanzel aus dem Jahr 1703. Eindrucksvoll sind auch die vor rund 100 Jahren wiederhergestellten Bemalungen von Decken und Wänden. Etwas entfernt von der Kirche steht ein gedrungener Glockenturm.
Oberhalb von Ringebu zweigt der Rondevegen ins **Ringebufjell** ab. Sommers wie winters ist diese Hochebene am Südrand des ▶ Rondane-Nationalparks ein beliebtes, aber bislang noch recht ruhiges **Wandergebiet**.

Ringebu Stavkirke: An der Straße Fv 379 | Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 9 – 17 Uhr | Eintritt: 60/40 NOK

Von den Wikingern bis zu Ludwig XVI.

Hundorp

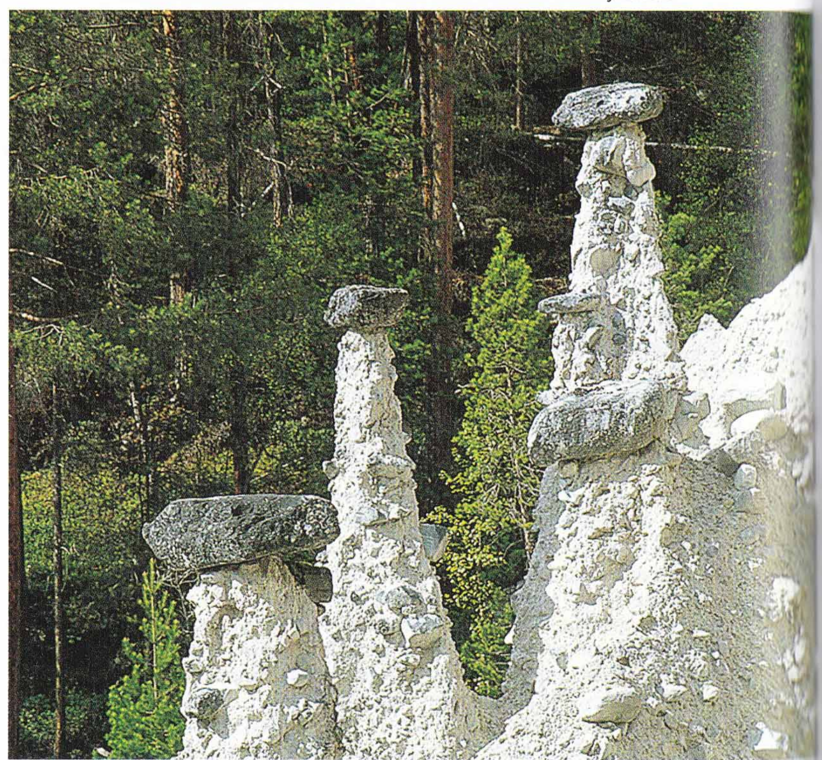
Im Dorf Hundorp hatte einst die Volkshochschule Gudbrandsdalens in einem alten Haus von 1850 ihren Sitz. Auf dem Hof sind **Gräberfelder und Bautasteine aus der Wikingerzeit** zu sehen, außerdem schönes Kunsthandwerk. Die achteckige Steinkirche **Sør-Fron** von 1787 trägt den Beinamen »Gudbrandsdal-Dom«. Sie wurde im Stil des französischen Königs Ludwig XVI. gebaut, obwohl der hohe Innenraum mit Wölbung und Altar deutliche Züge des Barock trägt.

Der wahre Peer Gynt?

Vinstra

Sehenswert sind in Vinstra die **Holzkirche** von Sødorp (1752) und der **Peer Gyntgården** mit 18 alten Häusern. Inspiration für Henrik Ibsens Drama »Peer Gynt« war die historische Gestalt Peder Olsen Hågå, der 1732 – 1785 auf dem Hof Nordgardhågå lebte (in Privatbesitz).

Kreidebleich und ziemlich bizarr erscheinen die »Priester« bei Mysuseter.



Unter Denkmalschutz

Kvam, Heidal

Hinter Vinstra wird das Tal enger, südlich von Kvam erhebt sich der **Teigkamp** (1027 m) und auf der Weiterfahrt nach Sjoa sieht man rechts den **Torgeirkamp** (1186 m).
Links biegt nun eine Straße ins Heidal ab, das wegen der vielen unter Denkmalschutz stehenden Häuser und Gehöfte einen Abstecher lohnt. Die Dorfkirche ist eine Nachbildung des 1933 abgebrannten Gotteshauses von 1752. Daneben, auf dem schönen Hof **Bjølstad**, steht eine Kapelle mit Portalteilen einer Stabkirche aus dem 11. Jahrundert.

Weite Aussicht

Otta

Wieder auf der E 6, erreicht man Otta an der Mündung des gleichnamigen Flusses in den Lågen. Mit dem Auto kann man bis einen Kilometer unterhalb des Gipfels Pillarguritoppen fahren, von wo sich eine weite Aussicht bietet. Von Otta führt der Rondanevegen nach Mysuseter, einer ehemaligen Almsiedlung, die direkt an der Grenze des ▶ Rondane-Nationalparks liegt.

Bizarre Priester

Abstecher nach Mysuseter

Wer Freude an geologischen Phänomenen oder bizzaren Fotomotiven hat, sollte einen kleinen Abstecher einplanen: Bei Sel/Selsverket folgt man der Straße nach Mysuseter. Nach drei Kilometern führt ein kurzer, recht steiler Fußweg zu den eigenartigen **»Kvitskriuprestinn«**, das sind bis zu 6 m hohe, aus Moränenkies bestehende Pyramiden, ihrer Form wegen auch als »Priester« bezeichnet.
Auf den folgenden Kilometern verengt sich das Tal und die Landschaft wird wilder. In Rosten zweigt rechts ein Fahrweg zu dem Ferienhüttengebiet **Høvringen** ab, das ebenfalls einen guten Zugang zum Rondane-Nationalpark bietet. Von Høvringen kann man eine Wanderung zur **Peer Gynthytta** unternehmen.

Auftanken und Einkaufen

Dombås

Dombås ist der Hauptort des ▶ Dovrefjell. Nordwestlich führt die Straße E 136, die nun dem Tal des Lågen folgt, nach Åndalsnes. Der Ort selbst ist ein typischer moderner Verkehrsknotenpunkt mit Tankstellen, Supermärkten, Caféterien, diversen Übernachtungsmöglichkeiten und Souvenirshops entlang der Hauptstraße.
www.nasjonalparkriket.no

Peer-Gynt-Straße

Peer Gynts Schöpfer

Westlich und östlich vom Gudbrandsdal

Auf den Höhenwegen und in den Wandergebieten westlich und östlich des Gudbrandsdal stößt man immer wieder auf die Spuren der sagenumwobenen Gestalt Peer Gynt, der in dieser Region gelebt

haben soll. Der ehrgeizige Jüngling zog voll Tatendrang in die Welt, bestand die wildesten Abenteuer mit Berggeistern und Trollen, doch sein Glück fand er erst, als er alt und gebrochen nach Hause zurückkehrte. Durch die Erzählung »Rentierjagd in Rondane« von P. Ch. Asbjørnsen, die als Hauptfigur den Bauern und Jäger **Peder Olsen Hågå** (1732 – 1785) hatte, wurde Henrik Ibsen zu seinem Drama »Peer Gynt« inspiriert, das Edvard Grieg vertonte (▶Interessante Menschen). Auch per Auto lässt sich auf der Peer-Gynt-Straße nachempfinden, was die beiden Künstler inspirierte.

Heimat eines Nobelpreisträgers

Einstieg in die Peer-Gynt-Straße

Die 91 km lange, schmale und sehr kurvenreiche Peer-Gynt-Straße bildet zwischen ▶ Lillehammer und Vinstra eine Alternative zur E 6 durchs Gudbrandsdal. Wälder, tiefblaue Seen und eine herrliche Aussicht auf das Rondane-Gebirge lohnen die zeitaufwendige Strecke. Man fährt von Lillehammer auf der E 6 bis Fåberg, biegt dann links auf die RV 255 ab und folgt dem von der Gausa durchflossenen Gausdal aufwärts bis **Follebu**. Hier liegt der Hof **Aulestad**, der ab 1875 Wohnsitz des Dichters und späteren Literaturnobelpreisträgers **Bjørnstjerne Bjørnson** war. Heute kann das Anwesen als Museum besichtigt werden.

Aulestad: Aulestadvegen 6 | Ende Mai – Aug. tgl. 10 – 17, Sept. Sa., So. 11 – 16 Uhr | Eintritt: 135/65 NOK | www.aulestad.no

Eine zufällige Entdeckung

Höchster Punkt Rauhagen

In Segalstad verlässt man die weiter westlich nach Vestre Gausdal und zur Espedal-Straße führende Route und folgt der ausgeschilderten Peer-Gynt-Straße, die sich immer höher schraubt. Man passiert Skeikampen am Fuß des bizarr geformten Skeikampen (1123 m), Frøysehøgda und Fagerhøy. In Rauhagen erreicht man bei 1053 m den höchsten Punkt der Straße und hat eine grandiose Aussicht: im Norden die Bergketten ▶ Rondane-Nationalpark und ▶Dovrefjell mit dem Snøhetta, im Nordwesten ▶ Jotunheimen. Nach 8 km erreicht man Skjærvangen, wo rechts ein Privatweg (10 km) nach Hundorp an der E 6 abzweigt. Dann sind es noch 5 km bis zum Touristenzentrum **Gålå** und Wadahl. Am Seeufer wird alljährlich im August Henrik Ibsens **»Peer Gynt«** im Freien aufgeführt mit zusätzlichem Festival-Rahmenprogramm.

Wenn Sie die Heimat des berühmten Gudbrandsdal-Käse kennenlernen möchten, biegen Sie kurz hinter Gålå zur Alm **»Solbråseter«** ab, wo die Bäuerin Anne Hov 1863 den altbekannten Brunost verbesserte erfand, indem sie der dafür gekochten Molke Sahne beigab. Später nahm sie statt Kuh- nun Ziegenmilch, und fertig war der Verkaufsschlager » Gudbrandsdalsost«. Noch heute wird hier die traditionelle Käserei betrieben.

Peer-Gynt-Festival: www.peergynt.no

Gipfelglück

Dalseter

In Vollsdammen lohnt sich ein Abstecher nach Westen bis nach Dalseter (21 km). Bei Fefor liegt der gleichnamige See. Wer den 45-minütigen Aufstieg auf die Spitze des 1175 m hohen Feforkampen wagt, wird mit einem weiten Blick auf die Gipfel des Rondane und Jotunheimen belohnt. Die Straße trifft bei Vinstra wieder auf die E 6.

Espedal-Straße

Seen und Flüsse

R 255

Diese lohnende Alternative zur E 6 durchs Gudbrandsdal führt durch eine wilde Gebirgslandschaft mit zahlreichen Seen und Flüssen. Ein touristisch gut erschlossenes, beliebtes Wander- und Skilanglaufgebiet erstreckt sich rund um den Espedal-See. Von Lillehammer bis **Segelstad** verläuft die Espedal-Straße (R 255) wie die Peer-Gynt-Straße, dann nach Westen bis Vestre Gausdal. Sie folgt nun dem Svatsumdal 22 km bis nach **Svatsum**. Bis zur **Strand Fjellstue**, von der man einen schönen Blick auf den lang gestreckten, idyllischen Espedal-See hat, sind es drei Kilometer. Vorbei an der Espedalen Fjellstue, wo es gute Angelmöglichkeiten gibt, gelangt man nach **Dalseter**, wo die Peer-Gynt-Straße einmündet. Im Winter zählt das Espedal übrigens zu den schneesichersten Gebieten Norwegens mit einem umfangreichen Loipenangebot.

In der »Hölle«

»Helvete«

An der Südspitze des Espedal-Sees öffnet sich die »Helvete« (Hölle), das sind zwei Spalten, die durch »Gletschermühlen« in der Eiszeit entstanden sind. Mit Tiefen von bis zu 100 m und Durchmessern bis zu 50 m sind es die größten landschaftlichen Erscheinungen dieser Art in Norwegen.

HALLINGDAL

Gebiet: Ostnorwegen



Im Sommer können Sie in Hallingdal erstklassig wandern, klettern, Rad fahren und sich auf den vielen Almen stärken, im Winter gelten Geilo und Hemsedal als Skigebiete von internationalem Rang. Zudem locken einige Freilichtmuseen und Stabkirchen.

Das bewaldete, breite Hallingdal erstreckt sich vom Nordende des Sees Krøderen nordwestlich bis zur ▶Hardangervidda, entlang des



ruhig fließenden Hallingdalselv. Als Kontrast zum grünen Tal sind die angrenzenden Höhen kahl mit einzelnen glattgeschliffenen Felsbuckeln. Zwar ist das Tal alter Siedlungsraum, doch wanderten in den letzten Jahrhunderten viele Menschen aus dem abgelegenen Tal ab. Erst seit dem Bau der Bergenbahn Anfang des 20. Jh.s und dem aufkommenden Tourismus boten sich im Hallingdal wieder mehr Arbeitsmöglichkeiten, sodass heute wieder mehr als 20 000 Menschen im Tal wohnen.

Auf Erlebnistour im Hallingdal

Rosenmalerei ohne Rosen

Nesbyen

Ein erster Stopp lohnt sich im **Hallingdal Museum** in Nesbyen. Die meisten seiner 25 Bauernhäuser ziert Rosenmalerei, die im Hallingdal eine lange Tradition hat. Wer genau hinschaut, wird allerdings kaum Rosen entdecken, denn »ros« hat im Dialekt die Bedeutung von »Muster«. Mittwochs werden im Museum alte Handwerke vorgeführt.

Vor rund 550 Mio. Jahren schlug bei Nesbyen ein Meteorit ein und verursachte einen 5 km² großen Krater. Das Gelände des **Meteoritparks** können Sie besichtigen, Geologen bieten Führungen an. Von Nesbyen aus kann man Ausflüge zu schön gelegenen Sennereien und in die Hardangervidda unternehmen.

Hallingdal Museum: Møllevegen 18 | Juni – Mitte Aug. Di. – So. 11 – 16, April – Mai u. Mitte Aug. – Mitte Dez. Di. – Fr. 9 – 15 Uhr | Eintritt: 70/50 NOK | www.hallingdal-museum.no
Meteorittparken: Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 10 – 18 Uhr | Eintritt: 160/80 NOK | www.meteorittparken.no

Wilde Streuner

Langedrag

Zwischen Hallingdal und Uvdal liegt am lang gestreckten Tunhovdfjord der **Naturpark Langedrag.** Auf dem weitläufigen Gelände, das im Sommer viele Besucher anzieht, streunen in den Freigehegen Wölfe, Luchse, Polarfüchse und Rentiere umher. Außerdem werden zahlreiche Aktivitäten für Kinder angeboten, Wolfshunger kann im Restaurant gestillt werden.

tgl. 10 – 18 Uhr | Eintritt: 349 NOK, Kinder 3 – 15 J. 299 NOK | www.langedrag.no

Einer der besten Wintersportorte der Region

Gol

Dort, wo das Hallingdal nach Westen in Richtung der ▶Hardangervidda abknickt, liegt das Straßendorf Gol. Im Sommer eher verschlafen, wird Gol im Winter zu einem der besten Wintersportorte der Region. An den umliegenden Berghängen bedienen mehrere Skilifte ein beliebtes Alpingebiet. Auf den Hochebenen um Gol gibt es zudem

HALLINGDAL ERLEBEN



GEILO TURISTINFORMASJON
Vesleslåttvegen 13, 3580 Geilo
Tel. 32 09 59 00
www.geilo.no

GOL TURISTKONTOR
Sentrumsvegen 106, 3550 Gol
Tel. 32 02 97 00
www.golinfo.no

HEMSEDAL TURISTKONTOR
Høvlerivegen 6, 3561 Hemsedal
Tel. 32 05 50 30
www.hemsedal.com



Neben den Freizeit-Klassikern wird im Hallingdal jede Menge **Outdoor-Action** geboten, z. B. Rafting, Canyoning, Elchtouren. Veranstalter vermitteln die Touristinformationen.
Drachenski: Die Hardangervidda gilt Drachenskifahrern als der beste Platz der Welt. Der beständig blasende Wind sorgt dafür, dass sogar Touren von Hütte zu Hütte möglich sind. Kurse, die ab ca. 2800 NOK kosten, können über die Touristinformation in Geilo oder direkt gebucht werden (www.geilo.no, www.haugastol.no/kitekurs, http://kitekurs.no).



HALLINGSTUENE €€€-€€€€
Ein Dinner im Restaurant von Küchenchef und Fernsehkoch Frode Aga verspricht traditionelle norwegische Küche »with a twist«. Die Bergforelle in vielerlei Zubereitungsarten spielt eine wichtige Rolle auf der Speisekarte. Die Weinkarte ist beeindruckend.
Geilo, Geilovegen 56
Tel. 32 09 12 50
www.hallingstuene.no

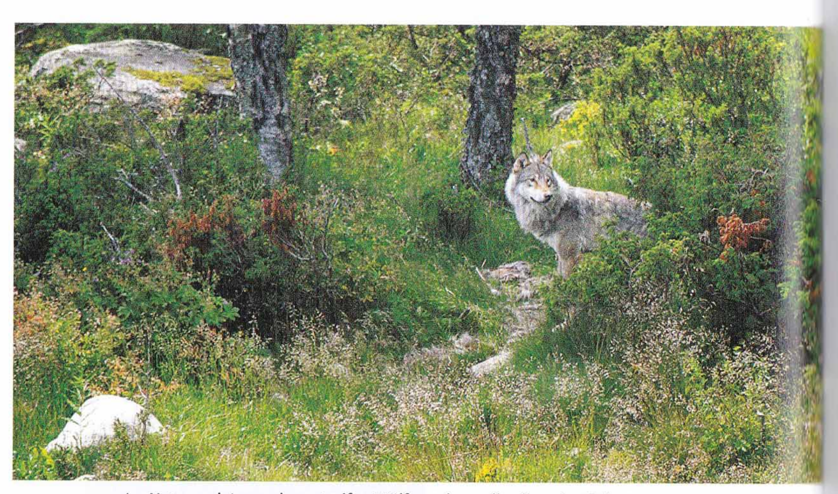
DR. HOLMS HOTEL €€€€
Das fast 110 Jahre alte Haus zählt zu den besten in ganz Skandinavien. Neben der feinen norwegischen Küche im Restaurant kann man auch in einem im 1950er-Stil eingerichteten amerikanischen Diner mit angeschlossener Bowlingbahn Pizza und andere Snacks genießen. Stilvolle Speisesäle, eine tolle Weinauswahl, köstliches kaltes Büfett im Sommer, Kaffee und Kuchen in der Café-Lobby – lassen Sie sich verwöhnen. Und natürlich können Sie hier auch äußerst stilvoll übernachten.



Geilo, Timrehaugvegen 2
Tel. 32 09 57 00
www.drholms.no



SKARSNUTEN HOTEL €€€€
Das Designhotel auf 1000 m Höhe wurde als Norwegens bestes Ski-Boutiquehotel ausgezeichnet. Viel Schiefer, Holz und Glas, eine wunderbare Aussicht und nobel in puristisch-skandinavischem Stil eingerichtete Zimmer machen den Aufenthalt zum Genuss.
Hemsedal
Tel. 32 06 17 00
www.skarsnutenhotell.no



Im Naturpark Langedrag streifen Wölfe umher, allerdings im Gehege.

mehr als 200 km Loipen für Langläufer. Die **Stabkirche** aus dem 12. Jh. wurde 1881 auf Veranlassung von König Oscar II. zerlegt und nach Oslo transportiert (▶ Oslo, Museumsinsel Bygdøy). In der Nähe ihres ursprünglichen Standortes in Gol wurde eine exakte Kopie der Stabkirche errichtet.

Ältestes Gebäude des Hallingdal

Torpo

Dem Lauf des wilden, zahlreiche Fälle bildenden Hallingdalselv folgend, erreicht man die **Stabkirche** von Torpo, ältestes Gebäude des Hallingdal, mit schönen Drachenornamenten an den Portalen und einem gut erhaltenen Deckengemälde aus dem 13. Jahrhundetz. Da nur noch das Mittelschiff mit seinen Hochsäulen mit Würfel-Kapitellen und gemalten Masken erhalten ist, sieht die Kirche eher wie ein Turm aus.

Kunst aus dem Schwabenland

Ål

Der Touristenort Ål verfügt über ein kleines **Dorfmuseum** mit einer Ausstellung zur Rosenmalerei. Wer Kunst liebt, sollte nicht versäumen, dem **Rolf-Nesch-Museum** einen Besuch abzustatten. Rolf Nesch (1893 – 1975) aus dem schwäbischen Oberesslingen flüchtete 1933 vor den Nationalsozialisten nach Norwegen und lebte ab 1951 in Ål. Das Museum zeigt Zeichnungen, Grafiken, Ölbilder und Skulpturen des international anerkannten Künstlers.

Ål Bygdamuseum: Juli Di. – So. 11 – 16 Uhr | Eintritt: 70 NOK | www.hallingdal-museum.no

Nesch-museet: Kulturhus, Myren 40 | Sommer Mo. – Fr. 8 – 16, Winter ab 11 Uhr | Eintritt: 70 NOK | aal.kulturhus.no/nesch-museet

Landschaftlich und kulturell beeindruckend

Aurlandsstraße

In Hagafoss kann man auf den landschaftlich beeindruckenden **Aurlandsvei** (RV 50) zum 97 km entfernten Aurlandsfjord einbiegen, der dank zahlreicher Tunnel auch im Winter befahrbar ist. Nach einigen Kilometern erreicht man die **Stabkirche von Hol** aus dem 13. Jh. in wunderschöner Lage am See. Die Kirche wurde im 17. Jh. erweitert und danach mehrfach umgebaut und ist deshalb heute kaum noch als klassische Stabkirche zu erkennen. Im **Freilichtmuseum** (Bygdemuseum) von Hol gibt es rund zwei Dutzend historische Gebäude aus der Region zu sehen.

Hol Stavkirke und Frelichtmuseum: Juli – Mitte Aug. Di. – So. 11 – 16 Uhr | Eintritt: 70/50 NOK | www.hallingdal-museum.no

Outdoor-Paradies

Geilo

Geilo (sprich »jeilo«), etwa 800 m hoch in einem weiten Tal gelegen, besteht praktisch nur aus Hotels und weitläufigen Ferienhaussiedlungen. Im Sommer bieten die vielen markierten Wege und Hütten Wanderern, Radfahrern und Reitern hervorragende Bedingungen. Angeln, Kanufahren, Rafting, Gletschertouren, Elchsafaris und Canyoning sind ebenfalls möglich. Geilo zählt zu den größten Outdoor-Zentren in Skandinavien.

Wer auf bequeme Weise zu einer grandiosen Aussicht kommen möchte, kann sich von der Sesselbahn zum 1056 m hohen **Geilohøgda** hinauftragen lassen. Von hier führt auch ein Weg zu dem auch im Sommer teils schneebedeckten **Hallingskarvet** (1933 m), dem »Hausberg« von Geilo. Die Sesselbahn verfügt auch über für den Fahrradtransport geeignete Gondeln. Mountainbike-Liebhaber können sich auf rund 50 km langen Freeride-Tracks auf der Höhe austoben. Die Abfahrt ins Tal sollte aber wirklichen Könnern vorbehalten bleiben.

Auch eine Fahrt mit dem Rad von Haugastøl (23 km westl. von Geilo) auf dem **Rallarvegen** entlang der Bergenbahn ist eine beliebte Unternehmung. Die rund 10 km lange Umrundung des **Ustedalsfjord** mit dem Rad ist etwas für Genießer, etwas anspruchsvoller ist die **Hallingdalsruta**, die man bis zu einer Länge von 77 km ausdehnen kann. Alle Aktivitäten können im Touristenbüro gebucht werden. Auch Tagesausflüge mit der **Bergenbahn** (▶ Baedeker Wissen S. 76) sind beliebt. So kann man von Geilo nach Finse fahren, dort eine kurze Wanderung unternehmen, in der Finsehytta zur Stärkung eine Rømmegøtt essen und dann mit dem Zug zurück nach Geilo fahren. Alternativ kann man auch zurück nach Geilo wandern. Innerhalb eines Tages ist es auch möglich, mit der Bergenbahn nach Myrdal zu fahren, dort in die **Flåmbahn** zu steigen und nach einer Fjordfahrt nach Geilo zurückzukehren.

Trotz dieses riesigen Angebots wirkt der Ort im Sommer keineswegs überlaufen. Dies ändert sich von November bis Mai, denn Geilo zählt

zu den größten Wintersportzentren Skandinaviens. Rund 60 verschiedene Abfahrten, darunter auch einige schwarze, 200 km präparierte Langlaufloipen, mehrere Skischulen und Snowboardparks lassen keine Wünsche offen. Auch Winterwandern, Eisstockschießen und Hundeschlittentouren sind möglich.

Eines der größten Alpinzentren Skandinaviens

Abstecher ins Hemsedal

Bei Gol biegt die RV 52 ins Hemsedal ab. Zunächst fährt man an der neuen Kirche von Gol vorbei, bei Robru weitet sich das Hemsedal dann allmählich. Auf der Weiterfahrt nach **Ulsåk** liegt links das Kraftwerk Hjelmen bru, dann bietet sich ein Blick auf das 1300 m hohe **Veslehorn**, von dessen Ostseite der **Hydnefoss** 140 m tief herabstürzt; dahinter erhebt sich das **Storhorn**. Von Ulsåk sind es noch 3 km bis zum Wintersportort Hemsedal (609 m), einem der größten Alpinzentren Skandinaviens, das sich durchaus mit den Alpen messen kann. Das stabile Winterklima sorgt für Schnee von November bis Anfang Mai, und die große Auswahl an Pisten – darunter auch einige schwarze – begeistert selbst gute Skifahrer. Im Sommer können Besucher mit Taucherbrille, Schnorchel und Neoprenanzug im Fluss Hemsila von Juni bis Mitte Oktober auf **Forellensafari** gehen. Die Weiterfahrt von Hemsedal bis hinunter nach Borlaug, wo die Straße in die E 16 mündet, gehört zu den **schönsten Hochgebirgsstrecken Norwegens**. In der kargen, wildromantischen Landschaft mit einigen kleinen Seen begegnet man kaum Menschen.

HAMAR

Gebiet: Ostnorwegen | **Einwohnerzahl:** 28 500



Schon aus der Ferne sieht man das moderne Wahrzeichen der Stadt, die Olympiahalle »Vikingskipet«, die einem am Ostufer des Sees Mjøsa liegendem, umgestülptem Wikingerschiff nachempfunden wurde. Die anlässlich der Olympischen Spiele 1994 erbaute Halle, das Freilichtmuseum und das größte Eisenbahnmuseum Norwegens sind die interessantesten Sehenswürdigkeiten Hamars.

Olympia und Industrie

Während der Olympischen Winterspiele 1994 war Hamar neben Lillehammer und Gjøvik Austragungsort für Eiskunstlauf und Eisschnelllauf. Die **Olympiahalle** hat als außergewöhnliches Vorbild ein umgestülptes Wikingerschiff – allerdings haben die Wikinger nie solch große Schiffe gebaut, denn die Dachkonstruktion ist 110 m lang und

HAMAR ERLEBEN



HAMAR TURISTKONTOR
Grønnegata 52, 2317 Hamar
Tel. 40 03 60 36
www.visit-hedmark.no/hamarregionen



Musik in der ganzen Stadt: Beliebt ist das **Musikfestival von Elverum**. Anfang August werden rund zehn Tage lang auf den großen Höfen, in Kirchen und unter freiem Himmel Konzerte aufgeführt (www.fie.no).

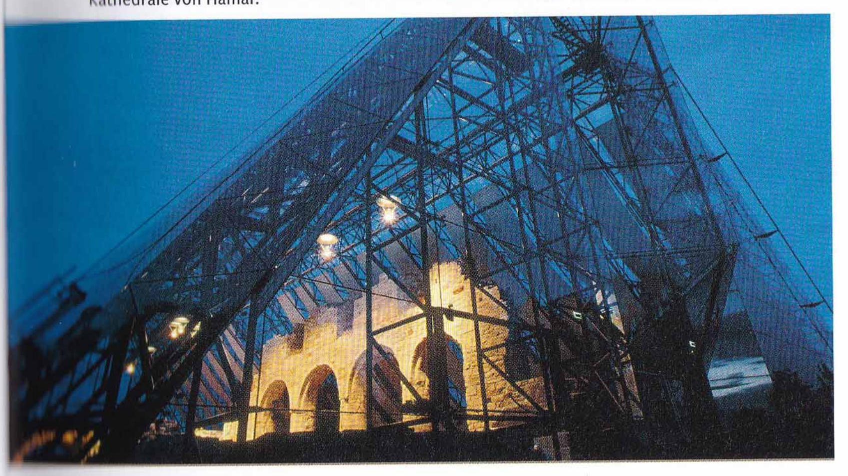


MATKVARTALET €–€€€
Hier ist alles für den kleinen oder den großen Hunger an einem Ort: Metzger, Landhandel, Kaffeerösterei, Bäckerei, exotische Streetfood-Stände und Sushi-Station.
Torggata 13, Hamar
Tel. 92 86 74 50
www.matkvartalet.no



RADISSON BLU RESORT TRYSIL €€€–€€€€
Das Hotel am Fuße des Trysilfjellet mitten in einer der beliebtesten Skidestinationen des Landes mit 67 Pisten und 31 Liften (und drei Kinderbereichen) wurde 2011 im Rahmen der World Travel Awards als bestes Wintersporthotel Norwegens ausgezeichnet. 2014 folgte die Auszeichnung als bestes Resorthotel Norwegens mit Spa und allen Annehmlichkeiten.
Trysil, Hotellvegen 1
Tel. 62 44 90 00
www.radissonblu.com/resort-trysil

Mit mittelalterlichem Kern: Eine Glaskonstruktion schützt die Ruinen der Kathedrale von Hamar.



fast ebenso breit. Damit das Dach schwebend und leicht wirkt, wurde die Fläche mit Glasschlitzen unterteilt. Heute dient das herausragende Beispiel moderner norwegischer Architektur als Hauptarena des Eissports. Unter den anderen Sportstätten der Stadt ist vor allem die **Nordlichthalle** in der Knut Alysons gate hervorzuheben. Sie ist eines der weltgrößten Holzgebäude.

Hamar wurde schon 1152 als Bischofssitz gegründet und war im Mittelalter ein wichtiges Handelszentrum. Von dieser langen Geschichte ist jedoch in der Industrie- und Handelsstadt kaum noch etwas zu sehen, das Stadtbild zeigt sich modern und nüchtern. Der Dom, eines der wenigen alten Gebäude, wurde 1567 während des dänisch-schwedischen Kriegs zerstört und blieb seitdem eine Ruine.

Vikingskipet: Mo. – Fr. 8 – 20, Sa./So. 9.30 – 17 Uhr | Eintritt: 75 NOK | https://vikingskipet.com

Wohin in Hamar?

Eine Kathedrale aus Glas

★ Hedmarksmuseet

Auf dem Gelände des **Freilichtmuseums Hedmark** am südwestlichen Stadtrand mit rund 60 Gebäuden aus der Region Hedmark sind die eindrucksvollen Ruinen der im 12. Jh. erbauten **Domkirche** zu sehen, die von einer ebenso eindrucksvollen gläsernen Konstruktion überwölbt werden. Die »Glaskathedrale« hat eine vorzügliche Akustik; hier werden regelmäßig Konzerte veranstaltet. Daneben stehen die **Reste einer romanischen Bischofsburg**. In die restaurierte Burg wurde 1979 von dem bedeutenden norwegischen Architekten Sverre Fehn ein Museumsbau »eingehängt«. Raffinierte Holzkonstruktionen, Schutzdächer aus Glas, Rampen, Laufstege und Treppen bilden eine stimmungsvolle Kulisse für die Exponate. Ein Flügel des Gebäudes beherbergt das Volkskundemuseum.

Domkirkeodden: Strandvegen 100 | Mitte Mai – Mitte Sept. Di. – So. 11 – 16, Mitte Juni – Mitte Aug. 10 – 17 Uhr | Eintritt: 120/60 NOK, die Glaskathedrale kann auch außerhalb dieser Zeiten besichtigt werden (50 NOK) | www.domkirkeodden.no

Star in der Eisenbahnwelt

Norsk Jernbanemuseet

Die Stadt besitzt den ältesten Bahnhof Norwegens, das größte und älteste **Eisenbahnmuseum** Skandinaviens und die größte Dampflok Norwegens, den Dovregubben. Mit ihren 2200 PS schaffte sie den Anstieg zum Dovrefjell mit einer Geschwindigkeit von 70 km/h. Zur Sammlung gehören zahlreiche Lokomotiven, prunkvolle Salonwagen und historische Bahnanlagen.

Strandvegen 161 | Juni – Aug. tgl. 11 – 15, Juli – Mitte Aug. 10 – 16, sonst Di. – So. 11 – 15 Uhr | Eintritt: 120/85 NOK | www.jernbanemuseet.no

Hoffnung auf ein besseres Leben

Norsk utvandrermuseum

Auf der anderen Seite der Åkersvika steht in Stange das **Auswandermuseum**, in dem die Geschichte der norwegischen Emigranten nach Amerika dokumentiert ist.

Ingrid Semmingsens vegen 10 | Mitte Juni – Mitte Aug. Di. – Sa. 11 – 15 Uhr | Eintritt: 100/50 NOK | https://utvandrermuseet.n

Ein Opernstar hautnah

Kirsten Flagstadmuseet

Einer der größten Stimmen des letzten Jahrhunderts ist das **Kirsten-Flagstad-Museum** gewidmet. Hier sind u. a. Originalkostüme der Sopranistin (1895 – 1962) aus ihrer Zeit an der Met in New York zu sehen, die als eine der größten Wagner-Sängerinnen überhaupt gilt.

Kirkegata 11 | Juni, Aug. Di. – So. 11 – 16, Juli 10 – 17 Uhr | Eintritt: 70/30 NOK | www.kirsten-flagstad.no

Rund um Hamar

»Waldhauptstadt« Norwegens

Elverum

Rund 28 km östlich von Hamar liegt Elverum (21 000 Einw.), mit 972 km² bewaldeter Fläche die »Waldhauptstadt« Norwegens und Geburtsort der Skilanglauf-Legende Bjørn Dæhlie, des erfolgreichsten Sportlers aller Zeiten in dieser Sportart. Elverum ist Straßen- und Eisenbahnknotenpunkt und bildet das südliche Tor nach Østerdalen. Die bei Anglern wegen ihres Fischreichtums beliebte Glomma fließt mitten durch den Ort, der seinerseits von herrlicher Wildnis (in der auch Elche die Straße kreuzen können), umgeben ist. Das Freilichtmuseum **Glomdalsmuseum** ist v. a. wegen seiner 92 alten Bauernhäuser aus Østerdalen sehenswert. Einen Eindruck von Wald, Jagd und Fischfang vermittelt das **Norwegische Waldmuseum**, eines der meistbesuchten Museen Norwegens. Es beherbergt u. a. Jagdwaffensammlungen sowie eines der größten Süßwasseraquarien des Landes, in dem 40 Arten Süßwasserfische aus Hochgebirgs- und Flachlandseen oder Flussmündungen leben.

Glomdalsmuseet: Museumsvegen 15 | tgl. 10 – 16 Uhr | Eintritt: 120/60 NOK | glomdalsmuseet.no

Norsk Skogmuseum (Waldmuseum): tgl. 10 – 16 Uhr | Eintritt: 120/60 NOK | www.skogmus.no

Norwegens größtes Skigebiet

Trysilfjell

Der kleine Ort Trysil liegt ein gutes Stück abseits der viel befahrenen Durchgangsrouten an der schwedischen Grenze in einer der am dünnsten besiedelten Gegenden des Landes. Im Sommer sind Kanu-, Rafting- und Angeltouren, organisierte Wanderungen und Bootsausflüge sowie Elch- und Bibersafaris beliebt. Einzigartig in Europa ist das Driftbootangeln auf dem Trysilelva.

Landesweit bekannt ist Trysil jedoch wegen seiner **hervorragenden Wintersportmöglichkeiten**. Mit 71 km Alpinpisten, 100 Loipenkilometern, 31 Liften und mehreren Halfpipes ist es Norwegens größtes Skigebiet, das bei den World Ski Awards bereits dreimal als Sieger ausgezeichnet wurde. Flutlichtanlagen sorgen für das abendliche Skivergnügen.

HAMMERFEST

Gebiet: Nordnorwegen | **Einwohnerzahl:** 10 500

O 20

Früher lebte Hammerfest hauptsächlich von der Fischereiindustrie und dem geschützten und ganzjährig eisfreien Hafen, über den fast alle Produkte der Finnmark – Fisch, Pelze und Robbenfleisch – verschifft wurden. Seit einigen Jahren sorgt »Schneewittchen« für Wohlstand.

Nördlichste Stadt Europas

Nach der Erschließung des riesigen Erdgasfeldes »Snøhvit« (Schneewittchen) in der Barentssee und der Fertigstellung der Pipeline 2007 hat auf einer Insel vor der Küste von Hammerfest **Europas größte Erdgasverflüssigungsanlage** ihren Betrieb aufgenommen. Das gesamte Erdgasgeschäft wird von Hammerfest aus gemanagt, was in der kleinen Stadt zu explodierenden Preisen und einem jahrelangen Bauboom geführt und das einst nüchterne Stadtbild komplett verändert hat. Fischverarbeitungsbetriebe, die jede Menge Fischstäbchen herstellen, gibt es zwar ebenso noch wie den Tourismus, doch mit Erdgas lässt sich viel mehr Geld verdienen.
Die relativ kurze Geschichte des Orts, der 1789 die Stadtrechte erhielt, brachte einige Katastrophen, denn 1809 wurde Hammerfest von den Briten beschossen, 1890 von einem Feuer zerstört und 1944 nach einer Zwangsevakuierung durch die Deutschen dem Erdboden gleichgemacht – nur die Friedhofskapelle blieb von der Politik der verbrannten Erde verschont.
Jahrzehntelang hat Hammerfest mit dem Titel »Nördlichste Stadt der Welt« um Besucher geworben. Bis 1998 auch Honningsvåg das Stadtrecht erhielt und diesen werbewirksamen Superlativ bald darauf für sich in Anspruch nahm. Dass eigentlich keine der beiden Städte, sondern Barrow in Alaska diesen Titel verdient tragen sollte, hat sich mittlerweile herumgesprochen. Die beiden Städte haben sich darauf geeinigt, dass Hammerfest mit dem Slogan »Nördlichste Stadt Europas« wirbt und Honningsvåg sich das Nordkap auf die Fahne schreibt. Hammerfest wird den Wettstreit mittlerweile mit einem

Schmunzeln sehen, denn die Stadt boomt durch das Geschäft mit dem Erdgas wie kaum eine andere in Norwegen.
Ein Superlativ ist Hammerfest jedoch geblieben: Um die lange Polarnacht, die von Mitte November bis Mitte Januar dauert, ein wenig erträglicher zu machen, bekam die Stadt schon im Jahr 1890 eine Straßenbeleuchtung – als erste in Europa

Wohin in Hammerfest?

Kultur in LED und ein königlicher Eisbärenclub

Hafenmetropole

Zum Wahrzeichen des heutigen Hammerfest wurde ein Bau, dessen Glasfront von LEDs in farbiges Licht getaucht wird: das 2009 entstandene **Arktische Kulturcenter**, ein kubischer Bau aus Holz, Glas und Stahl, bietet ein umfangreiches Konzert- und Kinoprogramm.
Direkt am Anleger der Fähre kann man Mitglied der **Royal and Ancient Society of Polar Bears** (Eisbärenclub) werden. In einem kleinen Museum werden arktische Exponate gezeigt, die an die Zeit erinnern, als die Stadt als Eismeer- und Walfangmetropole galt. Auf dem Marktplatz befindet sich eine Büste des hier geborenen Komponisten **Ole Olsen** (1850 – 1927). Nördlich gelangt man durch die Stor-

Elektrisch beleuchtet waren die Straßen in Hammerfest bereits 1890, wird es im Winter doch, 200 km vom Nordkap entfernt, sehr lange sehr dunkel ...



HAMMERFEST ERLEBEN



HAMMERFEST TURIST AS

Havnegate 3, 9600 Hammerfest
Tel. 78 41 21 85
www.visithammerfest.net

ANREISE

Hammerfest ist per Flugzeug über Tromsø und Oslo sowie per Bus von Oslo via Schweden gut erreichbar. Die Schiffe der Hurtigruten legen täglich an, Schnellboote verbinden die Stadt u. a. mit Tromsø und Honningsvåg auf Magerøya, der Zwischenstation auf dem Weg zum Nordkap.



AUSFLÜGE ANS NORDKAP

Die **Hurtigruten** verlassen Hammerfest täglich um 7.45 Uhr und erreichen Honningsvåg ca. um 12.45 Uhr. Von dort per Bus zum Nordkap (1 Std.), nach kurzem Aufenthalt zurück nach Honningsvåg, dann erreicht man den Abendbus nach Hammerfest. Die Hurtigruten in südlicher Richtung fahren erst morgens um 6.45 Uhr von Honningsvåg ab, doch bei schönem Licht ist eine Nacht unter der Mitternachtssonne ein fantastischer Grund, wach zu bleiben.

MITTERNACHTSSONNE

17. Mai – 28. Juli

❶ NO. 19 €-€€

Eine Boutique? Ja, aber auch ein gemütliches Café, in dem Sie selbstgebackenen Kuchen zum Kaffee und leckere Kleinigkeiten bekommen. Dabei können Sie hübsche Küchenutensilien, Kaffee und Tee kaufen (So. geschl.).
Strandgata 19
Tel. 40 41 26 78
www.facebook.com/no19hammerfest

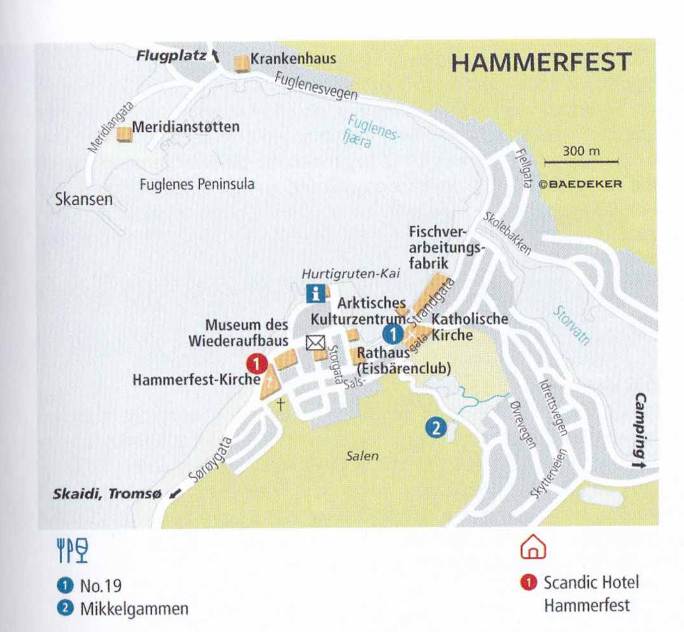
❷ MIKKELGAMMEN €€

Ein besonderes Erlebnis ist ein Besuch bei Mikkel und Solveig in ihrer samischen Hütte auf dem Hausberg Salen. Samische Gerichte vom offenen Feuer, dazu Erzählungen aus der Kultur der Ureinwohner und der typische Joik-Gesang versetzen die Gäste in eine ganz andere Welt. Wenn Sie als Gruppe von mindestens 10 Personen reisen (Anmeldung ist erforderlich), ist das eine ungewöhnliche, aber sehr spannende Option, einen Abend zu verbringen.
Turistveien 80, Salen
78 41 21 85 | en.visithammerfest.net/mikkelgammen



❶ SCANDIC HOTEL HAMMERFEST €€€

Modernes, freundliches Haus aus gelben Ziegeln mit einem Atrium über zwei Etagen. Vom Hotel hat man eine schöne Aussicht, und im Restaurant »Skansen Mat og Vinstue« kann man hinter Panoramafenstern die Mitternachtssonne genießen.
Sørøygata 15
Tel. 78 42 57 00
www.scandichotels.no



gata zu den Anlegestellen der Hurtigruten. Hinter dem Rathaus führt ein Fußweg auf den Berg Varden hinauf, von dem man die gesamte Stadt überblicken kann.

Arktisk kultursenter: Strandgata 30 | www.aks.no
Eisbärenclub: Havnegata 3 | Juni, Juli Mo. - Fr. 8 - 19, Sa./So. bis 16, Aug. - Mai Mo. - Fr. 9 - 16, Sa./So. bis 14 Uhr | www.isbjornklubben.no

Standhafte Kapelle

1961 entstand westlich des Markts die evangelische Kirche von Hammerfest, die an die Eismeerkathedrale in ▶ Tromsø erinnert. Der fehlende Altar wurde durch eine große Glasmalerei von Jardar Lunde (1962) im Giebel ersetzt. Im Sommer findet hier jeden Abend ein Kirchenkonzert statt. Daneben steht mit der Holzkapelle das einzige Gebäude, das den Zweiten Weltkrieg überstanden hat. Hammerfest kirke

Im Zick-Zack unterwegs

Hier beginnt der Hammerfest-Panoramaweg auf den 86 m hohen **Aussichtsberg** Salen, von dem man die Aussicht über die Stadt und den Sørøysund mit seinen Inseln genießen kann. Zurück ins Zentrum gelangt man weiter nördlich über den Sikk-Sakk Veien. Wer die Aussicht ohne Anstrengung möchte, kann auch mit dem Auto auf den Salen fahren. Salen

Flüchtlinge in ihrer eigenen Heimat

Gjen-reisnings-museet

Nach dem deutschen Angriff auf die Sowjetunion im Juni 1941 wurde die Finnmark zum Aufmarschgebiet für die Lapplandfront. In keiner anderen norwegischen Provinz waren so viele deutsche Soldaten stationiert wie hier. Bereits 1942 begannen die Bombardements durch die Alliierten; 25 000 Menschen wurden zu Höhlenbewohnern und Flüchtlingen in ihrer eigenen Heimat. Diese Ereignisse und den Wiederaufbau der Finnmark bis 1960 dokumentiert das **Museum des Wiederaufbaus.**

Kirkegata 21 | Juni – Mitte Aug. tgl. 10 – 16, sonst Mo. – Fr. 9 – 15, Sa./So. 11 – 14 Uhr | Eintritt: 80/50 NOK, bis 16 Jahre frei | www.kystmuseene.no

Die Vermessung der Erde

Meridian-støtten

Die Hauptstraße führt um die Bucht herum zur Landspitze Fuglenes mit der Meridianstøtten, einer bronzenen Erdkugel auf einer Granitsäule, die auf der Liste des UNESCO-Weltkulturerbes steht. Sie erinnert an die 1816 – 1852 gemeinsam von Norwegern, Schweden und Russen vorgenommene Gradmessung zur Bestimmung von Größe und Form der Erde. Südlicher Gegenpunkt war eine Stelle bei Ismail an der Donaumündung, 2872 km entfernt.

★ HARDANGERFJORD



Gebiet: Westnorwegen

Während im Mai mehrere Hunderttausend Obstbäume zu blühen beginnen und die Ufer des Hardangerfjords in einem Meer aus zarten Farben und Düften versinken, liegt auf den Berggipfeln noch der Schnee. Vielfingrig und dutzendfach verästelt dringt der zweitgrößte Fjord Norwegens rund 180 km ins Landesinnere vor und bietet an seinen Ufern eine Fülle spektakulärer Landschaften.



Süße Pflaumen, saftige Äpfel und Schattenmorellen reifen wegen des milden Klimas, das vom warmen Golfstrom entlang der Westküste beeinflusst wird, in den windgeschützten Tälern in einem kurzen Sommer mit langen, hellen Sommernächten heran. Die Früchte werden dann überall entlang der Straße angeboten. Knapp die Hälfte des in Norwegen produzierten Obstes stammt aus der Hardangerregion.
Wahrscheinlich waren es die Mönche des Zisterzienserordens, die hier Anfang des 13. Jh.s den Obstbau einführten. Der 1832 in Odda geborene **Knud Knudsen** war Korbflechter und Fotograf, züchtete



Knud Knudsen sei Dank: Am Hardangerfjord blühen Tausende Obstbäume.

aber auch mit Leidenschaft Obstbäume und legte die ersten Plantagen an. Selbst der deutsche Kaiser Wilhelm II. kam regelmäßig zu einer Stippvisite vorbei und brachte Pfropfreiser zur Pflanzenveredlung aus den kaiserlichen Obstgärten für Knudsens Bäume am Hardangerfjord.
Der Fjord reicht von Bomlo an der Nordseeküste bis nach Odda. Sein Hauptarm endet bei Utne, das an der Spitze der Halbinsel Folgefonn liegt. Erst hier teilt sich der Hardangerfjord in mehrere Seitenarme. Über dem Fjord liegt der **Folgefonn-Gletscher**, dessen Eiskappe eine Höhe von 1662 m erreicht. An den Fjordufern liegen mehrere beschauliche Dörfer, aber auch Wasserkraftwerke und bedeutende Industrieorte. Östlich von Eidfjord im Innern des Fjords beginnt Europas größte Gebirgshochfläche, die ▶ Hardangervidda.
Die **Norwegische Landschaftsroute Hardanger** besteht aus vier Teilstrecken entlang der Fjordufer (Granvin – Steindalsfossen, Nor-

HARDANGERFJORD ERLEBEN



KINSARVIK TURISTKONTOR
Sandvikevegen 11
5780 Kinsarvik
Tel. 48 07 07 77
www.hardangerfjord.com

ODDA TURISTKONTOR
Torget 2, 5751 Odda
Tel. 53 65 40 05
www.hardangerfjord.com/odda

EIDFJORD TURISTKONTOR
Ostangvegen 1, 5783 Eidfjord
Tel. 53 67 34 00
www.hardangerfjord.com/eidfjord



UTNE HOTEL €€€€
Hier wurde bereits 1722 ein Gasthaus betrieben. Allein schon die alten Möbel und Antiquitäten in der Gaststube sind einen Besuch wert. Serviert wird gute, mit Liebe angerichtete Hausmannskost. Damit sich die Hotelgäste besser kennenlernen, werden die Mahlzeiten gemeinsam an einem langen Tisch eingenommen. Hier, in der Apfelregion, gibt es auch (norwegischen) Cider, den Sie testen können. Stilvolle Übernachtungen sind auch möglich (Ende April – Anf. Okt.).
Utne
Tel. 53 66 64 00
www.utnehotel.no

ROSENDAL TURISTHOTELL €€-€€€
Unweit der Baronie Rosendal steht dieses schön renovierte Hotel mit dem schicken Restaurant, in dem Sie traditionelle norwegische Gerichte genießen können, die aus Zutaten regionaler Produzenten liebevoll zubereitet werden. Wenn Sie über Nacht bleiben, können Sie den Freitag oder den Samstag in der Weinbar Gjesten im Keller beschließen.
Skalagato 17
Rosendal
Tel. 53 47 36 66
www.rosendalturisthotell.no

WOODNEST €€€€
Haben Sie schon immer davon geträumt, in einem Baumhaus zu übernachten? Hier ist die Luxusversion des Kindheitstraums. Mitten im Wald und trotzdem mit Blick auf den Fjord.
Odda
Tel. 912 40 112
www.woodnest.no



BRAKANES HOTEL €€€€
Das hervorragende Hotel wird schon seit Jahrzehnten gerne von Urlaubern frequentiert. Zur Anlage gehört neben einem Bootsanleger auch ein Badestrand. Fragen Sie unbedingt nach einem Zimmer mit Fjordblick!
Promenaden 1
Ulvik
Tel. 52 78 23 63
www.brakanes-hotel.no

SAUDA FJORD HOTEL €€€
Das mit viel Liebe zum Detail renovierte, in einem alten Herrenhaus untergebrachte Hotel liegt in wildromantischer Umgebung am Saudafjord (Ryfylke, Røldal). Seit vielen Jahrzehnten besuchen passionierte und wohlhabende Lachsangler diese fischreiche Gegend.
Sjøen 2
Saudasjøen
Tel. 52 78 12 11
www.saudafjordhotel.com

heimsund – Tørvikbygd, Jondal – Utne und Kinsarvik – Låtefoss) und hat eine Länge von 158 km.

Wohin am Hardangerfjord?

Die älteste staatliche Schule für Obstbau

Ulvik

In Granvin, an der Nordspitze des gleichnamigen Fjords, zweigt die Straße zum 7,5 km langen Vallaviktunnel ab, der auf die andere Seite des Fjords führt. Einige Kilometer nördlich von Granvin kommt man zum 135 m hohen **Skjervefoss**.
In der Nähe der Kirche von Granvin von 1720, mit den vermutlich ältesten Glocken Norwegens, zweigt die RV 572 zum Osafjord, einem weiteren Arm des Hardangerfjords, und zum idyllisch gelegenen Ferienort Ulvik ab. Die beeindruckende, teilweise sehr enge Panoramastraße schlängelt sich an grünen Wiesen, kleinen Gehöften und Obstbäumen vorbei zum Ort hinunter. Der Blick auf Ulvik und den von bis zu 1600 m hohen Bergen umgebenen Fjord ist fantastisch. Ulvik beherbergt Norwegens älteste staatliche Schule für Obstbau von 1765. Deren Gründer **Kristofer Sjursen Hjeltnes** war zu diesem Zeitpunkt auch der Erste, der in Norwegen Kartoffeln anbaute. Die kleine, weiß gestrichene Holzkirche ist mit einer hübschen Altartafel von 1630 und wunderschönen Rankenmotiven des aus Ulvik stammenden Malers Lars Osa (1860 – 1958) ausgestattet.

Hinter den Kulissen

Hardanger Akvasenter

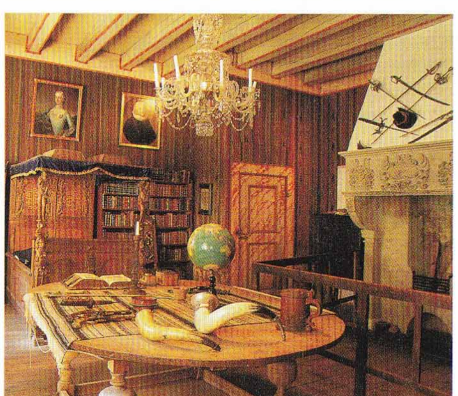
Am **Fyksesund** bietet das Hardanger Aquacenter die Möglichkeit, einen Blick hinter die Kulissen eines norwegischen Fischzuchtbetriebs zu werfen – von der Aufzucht der Jungfische bis zur tellerfertigen Meeresspezialität. Per Boot geht es mit einem Fachmann hinaus auf den Fjord zur Lachsfarm. Eine Unterwasserkamera liefert dabei Livebilder vom Leben der Lachse.
Hardanger Akvasenter: Hardangerfjordvegen 615, Øystese | Mitte Juni – Aug. tgl. 11 bis 17 Uhr | Führng: 100/50 NOK, Bootsfahrt zur Farm 449/349 NOK | www.akvasenter.no

Der Kunst gewidmet

Øystese

Die **Fyksesund bru** führt über die Mündung des Fyksesunds. Vorbei an Erdbeer- und Obstplantagen erreicht man über die RV 7 das Dorf Øystese. Gegenüber der Kirche steht ein Ensemble von Gebäuden für die Kunst: Im **Kabuso Kunstzentrum** finden wechselnde Ausstellungen und Konzerte statt, der **Hardanger Skyspace** des amerikanischen Künstlers James Turrell bietet jeweils zum Sonnenaufund Sonnenuntergang für kleine Gruppen von Besuchern magische Lichtspiele, und das **Museum für den Bildhauer Ingebrigt Vik**





OBEN: Weder See noch Meer, sondern der Hardangerfjord, der sich bei Strandebarm weitet

UNTEN: Ein prachtvoller Rosengarten und eine schöne Ausstattung machen die Baronie Rosendal zum Top-Reiseziel.

(1867 – 1927) zeigt 150 seiner Skulpturen. Eine seiner bekanntesten Statuen ist die von Edvard Grieg in Bergen.

Kabuso und Ingebrigt Vik museum: Hardangerfjordvegen 626 | Juni – Aug. Di. – So. 11 – 17 Uhr | Eintritt: 110/60 NOK, das Kombiticket für 250 NOK gilt für alle 7 Standorte des Hardanger og Voss Museums | www.kabuso.no, www.hardangerogvossmuseum.no

Hardanger Skyspace: Eintritt: 150/75 NOK | www.hardangerskyspace.no

Über die Schulter geschaut

Norheimsund

Der kleine Ferienort Norheimsund mit einem kleinen Hafen und dem ehrwürdigen **Sandven Hotel** von 1857, einem weiß gestrichenen Holzschlösschen im Schweizerstil, lohnt einen Stopp. Bei klarem Wetter kann man auf der anderen Seite des Fjords die weißen Firnfelder des Gletschers Folgefonna erkennen. Unter dem Gletscher wurde ein über 11 km langer Tunnel gebaut, der Odda mit Rosendal verbindet. In der **Museumswerft** in Norheimsund kann man den Handwerkern bei der Arbeit über die Schulter schauen. Empfehlenswert ist auch eine kleine **Fjordrundfahrt.**

Durch den Wasserfall hindurch

Steinsdalsfossen

Die RV 7 verlässt nun den Fjord und führt westwärts Richtung Bergen. Rechter Hand taucht mitten in der lieblichen Landschaft nach zwei Kilometer der vom Fosselva gebildete tosende Wasserfall Steinsdalsfossen auf. Eine Kuriosität: Hinter der 30 m tief herabstürzenden Wasserwand kann man hindurchgehen, bei Windstille sogar ohne nass zu werden. Nach Passieren des Wasserfalls steigt die Straße an und schlängelt sich durch die imponierende Schlucht **Tokagjelet.**

Über 3500 Jahre alte Felsritzungen

Vikøy

Folgt man in Norheimsund dem Westufer des Fjords, schlängelt sich die RV 49 zum kleinen Kirchdorf Vikøy, in dem Norwegens bekannter Maler **Adolph Tidemand** (1814 – 1876) zahlreiche seiner Gemälde schuf. Einige Kilometer nach Vikøy wurden am Fuß des Felsen Salthammaren im Weiler Vangdal 3500 Jahre alte Felsritzungen, größtenteils Abbildungen von Schiffen, gefunden. Weiter oben am Berg befinden sich 5000 Jahre alte Tiergruppen, vor allem Elche und Hirsche.

Wohin auf der Folgefonn-Halbinsel?

Auf Norwegens längstem Gletscherlift hinunterwedeln

Wandern auf dem Folgefonn

Die Folgefonn-Halbinsel schiebt sich wie ein Keil zwischen Hardangerfjord und Sørfjord. Die gebirgige Halbinsel wird vom südlichsten Gletscher des Landes, dem Folgefonn, gekrönt. Die insgesamt gut

200 km² große Eisfläche besteht aus drei Plateaugletschern, **Nordfonna, Midtfonna und Sørfonna**. Eine einfache Wanderung führt vom üppig grünen Buartal, das mit dem Auto von Odda zu erreichen ist, zum Rand der Gletscherzunge Buarbre. Seit 2005 sind der Gletscher sowie große Teile der Landschaft um ihn herum – insgesamt sind es 545 km² – als Nationalpark geschützt. Von Jondal gelangt man auf einer Mautstraße fast bis an den Gletscherrand und zum Sommerskizentrum (1200 m). Hier kann man sich von Juni bis Oktober die Ski anschnallen und die Hänge entlang Norwegens längstem Gletscherlift hinunterwedeln. Auch Langlauftouren, Gletscherwanderungen und Kajaktouren sind möglich.
Folgefonni-Gletscherführerteam: www.folgefonni.no

Nordisches Renaissanceschlösschen



Baronie Rosendal

Karen Mowat, eine der reichsten Erbinnen Norwegens, und der arme dänische Adlige Ludvig Rosenkrantz erhielten 1658 das **Gut Hattenberg** in Rosendal als Hochzeitsgeschenk. 1665 hatte Rosenkrantz das Gut in ein im nordischen Renaissancestil errichtetes Schlösschen verwandelt und 13 Jahre später wurde Schloss Rosendal von König Christian V. zur Baronie erklärt. Heute ist sie eine der meistbesuchten Sehenswürdigkeiten der Gegend. Seit Mitte des 19. Jh.s ist sie auch von einem malerischen Landschaftspark umgeben, von dem man einen herrlichen Blick auf den Hardangerfjord und die Bergkulisse mit mehreren Wasserfällen hat. Besonders schön ist der prachtvolle Rosengarten. Das als **Museum** eingerichtete Schlösschen bietet Konzerte, Theateraufführungen im Burghof oder Kunstausstellungen im Weinkeller.
Rosendal erreicht man von Norden entweder durch den Folgefonntunnel oder mit der Fähre von Gjermundshavn nach Løfallstrand und von Süden her über die E 134 und Skånevik.
Unweit liegt die **Kvinnherad-Kirche** von 1255, eine der ältesten mittelalterlichen Steinkirchen Norwegens mit romanischen und gotischen Stilelementen. Sie war lange Zeit Eigentum und private Grabstätte der Baronie.
Baronivegen 60 | Mitte Mai – Anf. Sept. Di. – So. 11 – 16, Juli – Mitte Aug. tgl. 10 – 19 Uhr | Eintritt: 150/50 NOK, Garten ist frei zugänglich Führungen (stdl.): 75/25 NOK | www.baroniet.no

Auf einem Haufen

Agatunet

Von Odda schlängelt sich die schmale RV 550 am Westufer des Sørfjords zuerst unterhalb des firnbedeckten Folgefonn entlang und dann zwischen zahlreichen Obstplantagen hindurch nach **Aga** mit dem »Agatunet«, einem wunderschönen, unter Denkmalschutz stehenden **Haufendorf** mit 30 alten Gebäuden zwischen engen Gassen und mit einer mittelalterlichen Rauchstube, der Lagmannstova (Richterstube). Der älteste erhaltene Brief aus Aga in der Universitätsbibliothek in Bergen beweist, dass hier bereits Ende des 13. Jh.s Menschen wohnten.
Mitte Juni – Mitte Aug. Di. – So. 11 – 16, Mitte Mai – Mitte Juni und Mitte – Ende Aug. Sa./So. 11 – 16 Uhr | Eintritt: 110/60 NOK | www.hardangerogvossmuseum.no

Romantisches Fjorddorf



Utne

Weiter nördlich, an der Mündung des Sørfjords, liegt das romantische Fjorddorf Utne, das vor allem seiner **Aussicht über den Hardangerfjord** wegen besonders besuchenswert ist. Wer mit der Fähre kommt, entweder von Kvanndal oder Kinsarvik, entdeckt bereits von Weitem die kleine Kreuzkirche von 1895 und ein weiß gestrichenes Holzschlösschen, das im englischen Stil gebaute **Utne Hotel**. Nicht weit vom Anleger entfernt steht das **Hardanger Folkemuseum**, dessen ältestes Gebäude aus dem 13. Jh. stammt. Direkt am Wasser stehen alte Bootsschuppen mit Booten und Fischergeräten.
Hardanger Folkemuseum: Mai – Ende Aug. Di. – So. 11 – 16, sonst Mo. – Fr. 9 – 15 Uhr | Eintritt: 110/60 NOK | www.hardangerogvossmuseum.no

Wohin an Sørfjord und Eidsfjord?

Der längste Arm des Hardangerfjords ...

Sørfjord

... ist der schmale Sørfjord, der sich zwischen die Halbinsel Folgefonn und die Hardangervidda zwängt. Im nördlichen Teil des 45 km langen Fjords reihen sich kleine Dörfer aneinander. Freundliche Uferlandschaft wechselt mit wildem Hochgebirge. Über dem Westufer thront der mächtige Gletscher Folgefonn, während auf der Ostseite über steile Berghänge die ▶Hardangervidda zum Wandern einlädt.

Das Alltagsleben in der Industrie

Odda

Am südlichen Ende, umgeben von hohen Bergen, liegt der Industrieort Odda, der in den letzten 100 Jahren für die norwegische Wirtschaft von großer Bedeutung war. Hier, im Innern des Fjords, öffneten Anfang des 20. Jh.s mehrere Schmelzwerke, Industriebetriebe und das Tyssedal-Wasserkraftwerk ihre Tore und lockten Arbeiter aus ganz Skandinavien an. In drei als **Museum** eingerichteten Arbeiterwohnungen in der Folgefonngata wird über das Alltagsleben in Odda erzählt. Nahe den Bauwerken des Industriezeitalters ist die unverfälschte Natur des jahrtausendealten **Buarbre**, einer Zunge des Folgefonn-Gletschers, hautnah zu erleben.

Unter feuchtem Schleier

Abstecher nach Sauda

Wenige Kilometer nachdem man Odda in südlicher Richtung verlassen hat, taucht auf der linken Seite der **Låtefoss** auf, dessen Wasser-

massen in einer 400 m langen Treppe von der Hardangervidda stürzen. Der letzte 165 m hohe Teil ist besonders spektakulär, denn er überzieht die Straße mit einem Gischtschleier. Über das karge Røldalsfjell und durch die im Winter geschlossene Klamm Ekkjeskaret erreicht die RV 520 schließlich bei 900 m ihren höchsten Punkt. Entlang der Eldschlucht hinunter nach Sauda hat man eine wunderschöne Aussicht auf die imponierende Gebirgslandschaft. Eine Besichtigung der für die Bergarbeiter errichteten Siedlung **Åbøbyen** lässt das Leben der Arbeiter um 1920 neu erstehen.

Kraftwerk oder Kathedrale?

Tyssedal

Nördlich von Odda kommt man bald zum 1918 fertiggestellten Kraftwerk Tyssedal, das majestätisch direkt am Sørfjord thront. Seine Turbinen lieferten die Energie für die Industriebetriebe in Odda und Tyssedal. Die Turbinenhalle des Kraftwerks, eines der ersten Hochdruckkraftwerke Europas, erinnert mit ihren hohen Säulenreihen ein wenig an eine Kathedrale. Das alte Verwaltungsgebäude in Tyssedal beherbergt heute das **Norwegische Wasserkraft- und Industriemuseum**, in dem über die Geschichte der beiden Industrieorte und die Lebensbedingungen der Arbeiter erzählt wird. Oberhalb von Tyssedal, in der kargen Landschaft der Hardangervidda, liegt bei Skjeggedal der 529 m lange **Ringedalsdamm**, ein zwischen 1910 und 1918 von Hand gebautes Meisterwerk aus Granitgneis.

Norsk Vasskraft- og Industristadmuseum: Naustbakken 7 | Mitte Mai - Mitte Aug. tgl. 10 - 17, sonst Di. - Fr. 10 - 15 Uhr | Eintritt: 90/60 NOK | www.kraftmuseet.no

Eine der spektakulärsten Felsformationen Norwegens

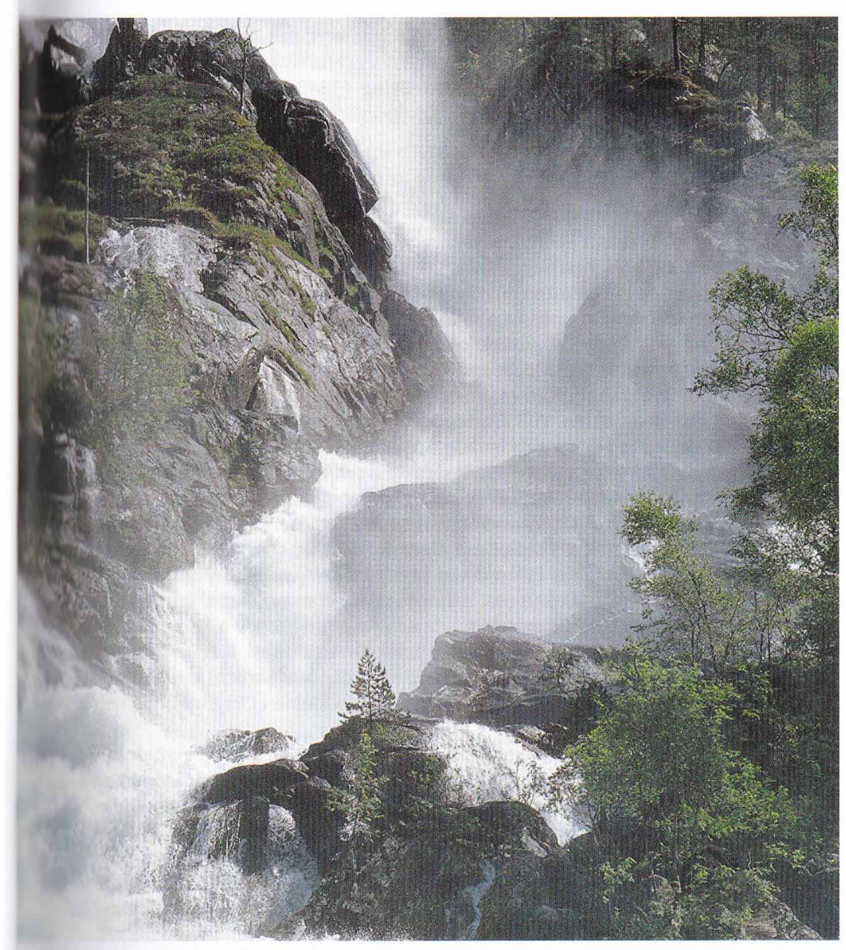
Trolltunga

Bei Tyssedal zweigt eine Straße nach Skjeggedal ab, nach 7 km beginnt am Parkplatz der markierte Wanderweg zur Trolltunga (Trollzunge), die zu den spektakulärsten Felsformationen Norwegens zählt. Die Wanderung ist allerdings eine lange und anstrengende Hochgebirgstour, die insgesamt zehn bis zwölf Stunden dauert und einen Anstieg von 1000 Höhenmetern einschließt. Diese Tour sollten **nur erfahrene und gut ausgerüstete Wanderer** von Mitte Juni bis Mitte September in Angriff nehmen; eine gute Kondition ist Voraussetzung. Geführte Touren werden von **Trolltunga Active** angeboten.
www.trolltunga-active.com

Ferienort mit Obstgärten und blühenden Wiesen

Lofthus

Nachdem Tyssedal und Odda aus dem Blickfeld verschwunden sind, schlängelt sich die RV 13 am Ostufer des Sørfjords durch Obstgärten und blühende Wiesen hindurch und erreicht nach 30 km den hübschen Ferienort Lofthus. Südlich der Ortschaft steht die sehenswerte **Steinkirche von Ullensvang** aus dem 13. Jh. mit einem Taufbecken und Glocken aus dem Mittelalter. Auf dem staatlichen



Wild schäumt der Låtefoss von der Hardangervidda herab und ergießt sich dabei über eine 400 m lange Treppe in den Hardangerfjord.

Obstbauversuchsgut werden ständig neue Obst- und Beerensorten entwickelt. In Ullensvang selbst werden 80 Prozent der Süßkirschen des Landes geerntet. Auf dem Gehöft Opedal, dem größten Hof in Hardanger, hatten die Mönche aus dem Lysekloster bei Bergen im Mittelalter eine Kapelle. Sie betrieben hier auch einen fruchtbaren Obstgarten und legten den **Mönchsstieg** an, der in steilem Anstieg auf die auf 900 m gelegene Hochebene der Hardangervidda führt. Am

Ziel bietet sich ein einzigartiger Blick über den Hardangerfjord. Im Garten des traditionsreichen Ullensvang Hotels in Lofthus steht die Hütte des Komponisten **Edvard Grieg** (1843 – 1907), der sich vor allem in jüngeren Jahren zum Komponieren an den Hardangerfjord zurückzog.

Eine der schönsten Tagestouren

Kinsarvik, Eidfjord

Früher war der kleine Ort Kinsarvik am Nordende des Sørfjords einer der wichtigsten Fährhäfen des Landes, der die beste ganzjährige Verbindung zwischen Bergen und Oslo ermöglichte. Doch seit der Eröffnung der imposanten Hardangerbrücke 12 km nördlich lassen viele den kleinen Ort links liegen. Die Fährverbindung von Kinsarvik nach Utne und Kvanndal gibt es jedoch immer noch. Ein Stopp lohnt sich aber in jedem Fall für diejenigen, die einen Tag Zeit haben, die Wanderstiefel schnüren und eine der schönsten Tagestouren in Angriff nehmen möchten. Von Kinsarvik zieht sich das bis heute **naturbelassene Husedal** bis auf die ▶ Hardangervidda. Ein ständig ansteigender Wanderweg führt entlang des wasserreichen Kinsoflusses auf die Hardangervidda. Unterwegs passiert man mit **Tveitafoss, Nyastølfoss, Nykkjesøyfoss und Søtefoss** vier imposante Wasserfälle. Vor allem der Søtefoss bietet mit einer Gesamthöhe von 273 m – davon 176 m senkrechter Fall – einen spektakulären Anblick. Für den Weg vom Parkplatz im Husedal zum obersten Wasserfall und zurück benötigt man fünf bis sechs Stunden.
Nach Kinsarvik führt die Straße nun teilweise direkt an den nackten Felsen am Ufer des steilwandigen Eidfjords, dem östlichsten Arm des Hardangerfjords, entlang und erreicht den kleinen Ort Eidfjord.

Hinauf zu den Sommerweiden

Simadalen

Nördlich von Eidfjord am Beginn des Simadal führt der Kjeåsen-Weg durch einen Tunnel zum abgelegenen **Bauernhof Kjeåsen**, von dem man einen wunderschönen Ausblick sowohl über die Gipfel der Hardangervidda als auch hinunter zum Fjord hat. Viel spannender als der Weg durch den Tunnel ist jedoch der **alte Klettersteig** die fast senkrechte Felswand hinauf zur Kjeåsen-Alm. Früher war dies der einzige Weg hinauf zu den Sommerweiden, die 600 m über dem Fjord liegen. Bei guter Kondition dauert der Aufstieg dorthin rund 1,5 Stunden.

Großes Erlebniszentrum rund um das Fjordland

Norsk Natursenter

Im Naturzentrum Hardangervidda, einem großen Erlebniszentrum ca. 6 km südlich von Eidfjord, werden Geschichte, Geologie, Naturschönheiten und die Pflanzen- und Tierwelt der ▶ Hardangervidda und des Fjordlands anhand von Dioramen, Aquarien und einem Panoramafilm präsentiert.

Øvre Eidfjord | Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 10 – 18, sonst 12 – 18 Uhr | Eintritt: 160/80 NOK | https://norsknatursenter.no

★ HARDANGERVIDDA

Gebiet: Südnorwegen | **Höhe:** 1200 – 1600 m ü. d. M.

Die mit zahlreichen Seen und weiten Moorflächen gesprenkelte Landschaft der Hardangervidda, die größte Hochebene Europas, ist weitgehend unbesiedelt und ursprünglich. Damit dies auch so bleibt, wurde 1981 mehr als ein Drittel der rund 9000 km² umfassenden Hochfläche als Nationalpark ausgewiesen.



Im Reich der wilden Rentiere

Auf der Hardangervidda herrschen im Winter Bedingungen, die mit denen in der Arktis und Antarktis vergleichbar sind, deshalb haben sich **Roald Amundsen** und **Fridtjof Nansen** hier auf ihre Polarexpeditionen vorbereitet. Auch George Lucas war vom Winter in Finse so beeindruckt, dass er hier einige Szenen seiner **»Star Wars«**-Filme wie die Schlacht um den Eisplaneten Howth drehte. Oft fegen eisige Winde über die von den eiszeitlichen Gletschern glatt gehobelte Hochebene und lassen die Temperaturen noch kälter erscheinen, als sie sind. Nur wenige Tiere lassen sich von diesen harschen klimatischen Bedingungen nicht abschrecken, darunter **die größte wildlebende Rentierherde Nordeuropas**, Schneeeulen und Polarfüchse. Im kurzen Sommer zeigt die Hardangervidda ihr anderes Gesicht, denn die Fjellvegetation aus Gräsern, Moosen, Flechten und Krüppelbirken explodiert förmlich innerhalb kürzester Zeit und überzieht die ansonsten öde Felssteppe mit einem grünen Teppich.

Keine Straße, keine Siedlung

Zugang

In der gesamten Hardangervidda gibt es keine Straßen oder Ansiedlungen, das Gebiet ist jedoch mit rund 1200 km Wanderwegen und mehreren Dutzend Hütten touristisch erschlossen.
An den südlichen Ausläufern der Hardangervidda führen die E 134 und die RV 37 entlang, an den westlichen die RV 13, die über weite Strecken am Sørfjord verläuft, und am Ostrand ist es die RV 40 durch das Numedal. Wer von diesen Strecken zu Wanderungen aufbricht, beginnt seine Tour in der Regel mit einem langen Aufstieg auf die Hochebene. Nur an wenigen Stellen, wie in Rjukan, kann man sich durch eine Seilbahn den Einstieg erleichtern.
Den besten Zugang zu dem Gebiet bietet die RV 7 von Geilo nach Eidfjord, die zwischen Hardangervidda und dem Firnfeld des markanten Hardangerjøkul verläuft. Die RV 7 steigt von Haugastøl (990 m) bis zu ihrer höchsten Stelle bei der Dyranut turisthytte (1246 m) an, danach beginnt der Abstieg ins Tal der Bjoreia. Der 67 km lange Abschnitt zwischen Haugastøl und Eidfjord ist als **Norwegische Landschaftsroute** ausgewiesen.

HARDANGERVIDDA ERLEBEN



ODDA TURISTINFORMASJON
Torget 2, 5750 Odda
Tel. 48 07 07 77
www.hardangerfjord.com/odda

DESTINASJON EIDFJORD
Ostangvegen 1, 5783 Eidfjord
Tel. 53 67 34 00
www.hardangerfjord.com/eidfjord

GEILO REISELIVSSENTERET
Vesleslåttvegen 13, 3580 Geilo
Tel. 32 09 59 00
www.geilo.no



Skirennen: Im April findet das »Skarverennen«, ein 37 km langes Skirennen von Finse nach Ustaoset, statt. Es gibt auch eine kürzere Strecke (25 km).
www.skarverennet.no
Gletscherwandern: Von Finse aus werden Gletscherwanderungen auf den Hardangerjøkul angeboten (Auskunft über den DNT, S. 450).



FINSE 1222 €€€€
Raumhohe Fenster ermöglichen einen weiten Blick aus dem Restaurant in die Hochgebirgslandschaft. Doch Sie sollten auch auf Ihren Teller schauen. Die Zutaten stammen aus der Region, die Zubereitung ist exzellent. À la carte können Sie nicht bestellen; das Dinnermenü wechselt täglich. Der hauseigene Wein wird in Kooperation mit einem toskanischen Erzeuger produziert. Das Hotel liegt direkt an Norwegens höchster Bahnstation und ist damit idealer Ausgangspunkt für Wanderungen und Skitouren im Gebiet des Hardangerjøkul. Übernachten können Sie hier auch: Das Finse 1222 gehört zu »De Historiske«, einer exklusiven Gruppe historischer Hotels und Restaurants.
Finse
Tel. 56 52 71 00
www.finse1222.no

FINSEHYTTA €
Unweit von der Bahnstation Finse entfernt, werden in der komfortablen Berghütte preisgünstige Gerichte angeboten. Unbedingt die »rømmegrøt« probieren, einen köstlichen Nachtisch (geöffnet Anfang Juli bis Mitte Okt).
Finse
Tel. 56 52 67 32
www.finsehytta.dnt.no



FOSSLI HOTEL €€€
Das Hotel gibt es seit 1891 und bietet einen tollen Blick auf den Wasserfall und in das Måbøtal. Die Liste der berühmten Besucher ist lang, unter anderem ließ sich der Komponist Edvard Grieg hier zu seinen 19 norwegischen Volksweisen (opus 66) inspirieren
Vøringfossen
Tel. 53 66 57 77
www.fossli-hotel.com

Eine der schönsten Radstrecken Europas

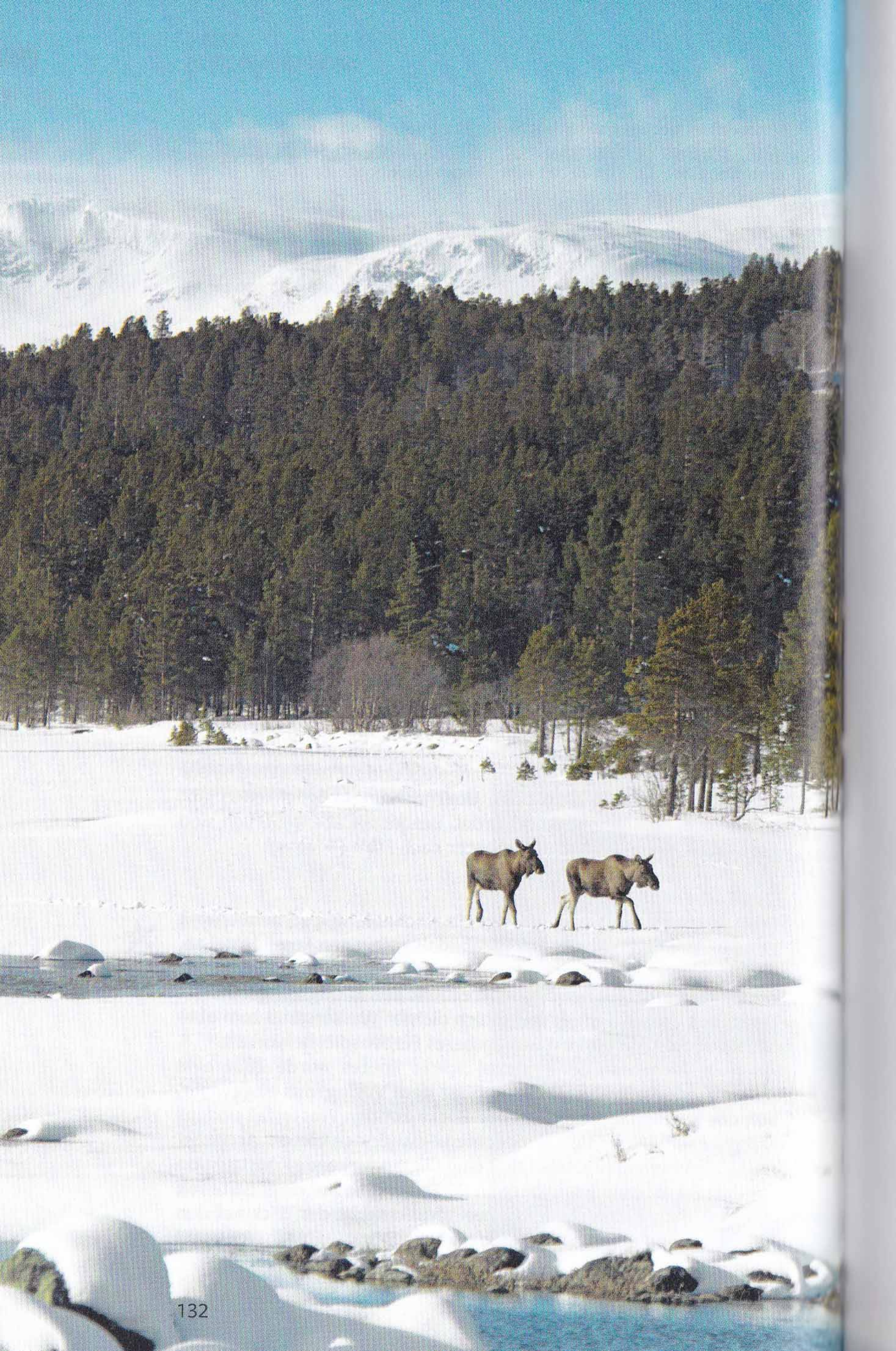

Rallarvegen

In Haugastøl beginnt der berühmte Bau- und Versorgungsweg der Bergenbahn, Rallarvegen, der sich durch die raue Gebirgswelt der Hardangervidda meist oberhalb der Baumgrenze bis zur höchstgelegenen Bahnstation Norwegens, **Finse** (1222 m), und dann hinunter durch das **Flåmtal** bis auf Meereshöhe schlängelt. Die rund 90 km lange, nicht asphaltierte Piste wurde Ende des 19. Jh.s beim Bau des gebirgigsten Teils der Bergenbahn angelegt und gilt heute als eine der schönsten Radstrecken Europas. Übernachtungsmöglichkeiten gibt es in Finse, Hallingskeid und Myrdal. Besonders abenteuerlich sind die letzten 20 km von Myrdal hinunter nach Flåm (▶Voss).

Das Farbenspiel des Wassers


Måbødal, Vøringfoss

Etwa 20 km hinter Dyranut zweigt eine kleine Straße zu dem unweit nördlich über dem Absturz des Måbødals gelegenen Fossli Hotel ab, von dort bietet sich ein schöner Blick auf den Vøringfoss. Hier stürzt die **Bjoreia** in 182 m hohem, senkrechtem Fall in einen engen Kessel hinab, aus dessen Tiefe unaufhörlich dichter Wasserstaub zum oberen Rand aufsteigt und ein wunderbares Farbenspiel hervorruft.
Als neue Attraktion der National Scenic Routes wurde 2021 eine spektakuläre **Fußgängerbrücke über dem Vøringfoss** eingeweiht, von der aus sich atemberaubende Blicke auf den Wasserfall und ins Måbødal mit seinen fast senkrechten Felswänden bieten. Architekt Carl-Viggo Hølmebakk errichtete eine filigran wirkende Konstruktion von fast 50 m Spannweite und mit 99 Stufen, die auf einer Seite mit zwei Y-Armen aufliegt. Ebenso beeindruckend ist der Blick auf den Vøringfoss von unten. Dazu muss man ein Stück weiter ins Måbødal



fahren, vom Parkplatz am obersten Tunnelausgang sind es dann noch rund 45 Min. bis zum Fuß des Wasserfalls.

Perfekter Ausgangspunkt für Wanderungen und Skitouren

Finse

Einen weiteren Zugang zu Hardangervidda und Hardangerjøkul bildet die **Bergenbahn** (▶ Baedeker Wissen S. 76); wer die Hochebene nicht nur vom Zugfenster aus genießen möchte, sollte in Norwegens höchstgelegenem Bahnhof Finse (1222 m) aussteigen. Rings um den Bahnhof, der zwischen den markanten Bergen Hardangerjøkul und Hallingskarvet liegt, gruppieren sich ein Hotel und eine Berghütte sowie einige Ferienhäuser. Ein kleines Museum dokumentiert die Geschichte der Bergenbahn, die unter schwierigsten Bedingungen gebaut wurde. Finse eignet sich hervorragend als Ausgangspunkt für Wanderungen und Skitouren. Beliebt ist die Umrundung des **Hardangerjøkul**, des sechstgrößten Gletschers Norwegens, für die man drei Tage veranschlagen sollte; übernachten kann man in Berghütten. Als Tagestour bietet sich der Ausflug zur Gletscherzunge **Blåisen** an. Auch in den Rallarvegen kann man in Finse einsteigen.

Wandern in der Hardangervidda

Achtung, nasse Füße!

Sieben bis acht Tage einplanen

Die Hardangervidda ist ein bekanntes Wander-, Angel- und Jagdgebiet, im Winter ein beliebtes Skigebiet. Erst wer wandert oder auf Langlaufskiern unterwegs ist, erfasst die wahren Ausmaße dieser Hochebene. Sowohl für die Ost-West-Durchquerung von Rjukan nach Kinsarvik als auch für die Nord-Süd-Durchquerung von Finse nach Haukeliseter sollte man sieben bis acht Tage veranschlagen. Die Wege sind gut markiert und am Ende der manchmal recht langen Tagesetappen wartet in der Regel eine Hütte des Norwegischen Wandervereins DNT. Bis in den Mai hinein muss man noch mit Schnee rechnen, und auch im Sommer sind Wind, Regen und Temperaturen um 10 °C keine Seltenheit. Auch nasse Füße wird man mit ziemlicher Sicherheit bekommen, deshalb wandern viele Norweger mit Gummistiefeln.

Für Wanderungen in der Hardangervidda ...

Ausgangspunkte

... sind gute Ausgangspunkte die Bahnhöfe der Bergenbahn Haugastøl, Finse und Hallingskeid. Auch die RV 7 bietet mit Fagerheim, Halne, Dyranut und Liset gute Startpunkte. Wer im Westen ist, kann von Kinsarvik, Lofthus oder Tyssedal beginnen. Allerdings liegen diese Orte am Sørfjord, was am Anfang der Tour einen Aufstieg von rund 1000 Höhenmetern bedeutet. Im Süden bietet sich Rjukan als Startpunkt an.

Traumhaft ursprünglich zeigt sich die Hardangervidda.

HARSTAD

Gebiet: Nordnorwegen | **Einwohnerzahl:** 21 000



Harstad auf der Insel Hinnøy am Vågsfjord ist die größte Stadt im Vesterålen-Archipel. Wegen ihrer Lage abseits der Hauptverkehrswege spielt der Tourismus nicht die wichtigste Rolle. Wer den Abstecher trotzdem macht, kann sich eine mittelalterliche Steinkirche anschauen und einen Törn mit der »Anna Rogde« unternehmen.

Man lebt vom Erdgas

Mitte Juni ist die beste Zeit für einen Besuch von Harstad, denn dann ist der Ort Gastgeber des Kulturfestivals Festspillene i Nord-Norge. Für einige Tage herrscht dann bei Jazzkonzerten, Filmvorführungen und Marathonlauf eine fast mediterrane Ausgelassenheit. Nicht nur in diesen Tagen liegt am Kai vor dem Kulturhaus der historische Zweimast-Segler »Anna Rogde« vor Anker. Der ehrwürdige Schoner – Baujahr 1868 – zählt zu den ältesten der Welt und sticht regelmäßig für Ausflüge in die Umgebung in See.
In den letzten Jahren hat sich Harstad zu einem Zentrum der nordnorwegischen Erdöl- und Erdgasförderung entwickelt. Hier wird vor allem das Erdgas aus den Offshore-Feldern verarbeitet, verflüssigt und exportiert.

Wohin in Harstad und Umgebung?

Der Apostel Grönlands

Innenstadt

Am Hafen fällt ein beeindruckender Baukomplex auf. Er beherbergt das Kulturhaus (»Harstad Kulturhus«) mit einem Konzertsaal und einem Hotel. Vor der modernen Kirche von Harstad steht ein Standbild des hier geborenen **Hans Egede** (1686 – 1758), der auch »Apostel Grönlands« genannt wird, da er die Inuit missionierte. Häufig wird in norwegischen Kreuzworträtseln nach seinem Namen mit den drei E gefragt.

Kirche mit Aussicht

Trondenes Kirke

Die meisten Sehenswürdigkeiten von Harstad sind auf der Trondenes-Halbinsel nördlich vom Stadtzentrum zu finden, so auch die **Trondenes-Kirche**. Ein Vorgängerbau stammt vermutlich aus der Zeit um 1250; die jetzige Steinkirche – die nördlchste weltweit –wurde erst nach 1430 vollendet. Später wurde sie mit ihren fast 2 m dicken Mauern zu Verteidigungszwecken genutzt. Der Lübecker Bildhauer Bernd Notke soll die drei Altäre im Chorraum geschaffen haben. Grandios ist von der Kirche die Aussicht auf den Vågsfjord.

HARSTAD ERLEBEN



DESTINATION HARSTAD

Sjøgata 3, 9405 Harstad
Tel. 77 01 89 89
www.visitharstad.com



Am Am Mercurveien gegenüber dem Gästehafen liegt das historische Segelschiff »Anna Rogde« (Baujahr 1868), vor Anker. Es gibt **Rundfahrten** durch den Fjord, und der Schoner ist, inklusive Mannschaft, für Gruppen zu mieten (www.annarogde150.no).



Das internationale Kulturfestival **Festspillene i Nord-Norge** bietet an acht Tagen im Juni ein breit gefächertes Programm für jeden Geschmack: Klassik, Jazz, Literatur, Musiktheater, Film, Ausstellungen (www.festspillnn.no).
Für Spezialisten und Liebhaber Neuer Musik ist hingegen das **Ilios-Festival** im Februar etwas (www.ilios.no).



DE 4 ROSER €€€-€€

Das Café mit gemütlicher Atmosphäre serviert neben Kaffee und Kuchen viele kleine Gerichte sowie Lunchmenus (So., Mo. geschl.).
Torvet 7
Tel. 41 35 89 18
www.de4roser.com/harstad

UMAMI €€€-€€€€

Das Umami wird von jungen Kreativen betrieben. Hier können Sie nicht nur toll essen, sondern auch Kochkurse belegen. Etwas Besonderes sind die Kuchen und Torten.
Hans Egedes gate 12
Tel. 95 09 09 11
www.umamiharstad.no

SOMMERKAFÉ HOS REFSNES MATGLEDE €-€€

Direkt am Fähranleger von Refsnes (ca. 35 km südwestlich von Harstad), wo die Schiffe nach Flesnes ablegen, können Sie in einem hübschen Sommercafé Kuchen und kleine Bio-Gerichte genießen und dabei dem Fährbetrieb zusehen.
Refsnes
Tel. 94 14 40 25
Juli und August tgl. 11 – 17 Uhr



CLARION COLLECTION HOTEL ARCTICUS €€€-€€€€

Von Außen recht nüchtern, offenbart sich im Innern in den schön eingerichteten Räumen der Luxus. Das Hotel liegt neben dem Kulturhaus am Wasser und bietet einen schönen Blick über Harstad und Vågsfjord.
Havnegata 3
Tel. 77 04 08 00
www.nordicchoicehotels.no

RØKENES GÅRD OG GJESTEHUS €€€

Die Hofstelle von 1750, etwas außerhalb der Stadt in Richtung Norden gelegen, ist heute ein herrlich nostalgisches Hotel mit zehn hübschen Räumen, in denen sich das Flair von einst mit dem Komfort von heute verbindet. Zu den illustren Gästen gehörte auch König Harald. Das Restaurant ist unbedingt einen Besuch wert.
Stornesveien 127
Tel. 77 05 84 44
www.roekenesgaard.no

Christen und die Wikinger

Trondenes Historiske Senter

Südlich der Trondenes-Kirche liegt der Holzbau des Historischen Zentrums. Dort finden Ausstellungen zur Geschichte der Wikinger und der Christianisierung in Nordnorwegen statt.

Trondenesveien 122 | Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 11 – 16 Uhr | Eintritt: 125/60 NOK | www.stmu.no

Riesenkanonen

Adolf-kanonen

Nördlich der Trondenes-Kirche legten die deutschen Besatzer im Zweiten Weltkrieg eine Geschützstellung an, die mit vier »Adolf-Kanonen« bestückt wurde. Dabei handelt es sich um Geschütze vom Kaliber 40,6 cm, die für eine nicht gebaute Klasse von Schlachtschiffen vorgesehen waren und dann für Küstenbatterien verwendet wurden. Sie gelten als die größten noch existierenden Küstenkanonen der Welt.

Der unlautere Tore Hund

Insel Bjarkøy

Verlässt man Harstad mit dem Schiff, passiert man mehrere Inseln und gelangt nach etwa einer Stunde zu der in ganz Norwegen bekannten Insel Bjarkøy, wo im 9. Jh. die **Wikinger-Häuptlinge** der Familie Bjarkøy lebten, die in vielen Sagas auftauchen. Ihr bekanntester Vertreter war wohl **Tore Hund**, ein tüchtiger Kaufmann, der mit dem Handel mit Finnen und Russen reich wurde. 1026 plünderte er russische Grabstätten, und vermutlich ermordete er König Olav in der Schlacht von Stiklestad im Jahr 1030. Wahrscheinlich plagte ihn danach sein Gewissen, denn er begab sich auf eine Reise ins Heilige Land, von der er nicht zurückkehrte. In der norwegischen Science-Fiction-Serie »Beforeigners« spielt Tore Hund eine Hauptrolle.

★ HAUKELISTRASSE

Gebiet: Süd- und Westnorwegen

C 2–4

Vom Gebirge ans Meer

Die Haukelistraße beginnt in der Provinz Telemark, schraubt sich bald hoch auf das karge Haukelifjell, stattet dem dramatischen Åkrafjord einen Besuch ab und endet im Küstenort Haugesund. Als eine der schönsten Routen Südnorwegens bietet sie eine Vielzahl unterschiedlicher Landschaftserlebnisse und steckt voller Überraschungen.

Seit der Eröffnung 1886 bildet die Haukelistraße eine der wichtigsten und schönsten Verbindungen zwischen Ost- und Westnorwegen. Anfangs führt sie durch eine nackte Gebirgslandschaft mit tiefblauen


Wie ein blanker Spiegel erscheint das Meer am Hafen von Skudeneshavn an der Südspitze der Insel Karmøy.

Seen, Schaf- und Ziegenherden, die sich hier und da auf die Straße verirren, und Gebirgsübergängen, die an Großartigkeit den Alpenpässen kaum nachstehen. Dann folgt am engen Åkrafjord eine wilde Fjordlandschaft mit beinahe senkrecht aus dem Wasser aufsteigenden Felsen und tosenden Wasserfällen. Schließlich endet die Reise in dem weiten, flachen Land um Haugesund mit Blick auf das offene Meer.

Entlang der Haukelistraße

Rømmegrøt in dramatischer Bergwelt

Von Haukeligrend westwärts

Die Straße beginnt in Haukeligrend, einem kleinen Verkehrsknotenpunkt an der Kreuzung von E 134 und RV 9. Auf den ersten Kilometern kommt man vorbei an kleinen Gebirgsseen, in denen Forellen geangelt werden können. Hinter dem Vågslidtunnel am Südostende des tiefblauen Sees Ståvatnet taucht die seit 1870 bewirtschaftete Gebirgshütte **Haukeliseter** (986 m ü. d. M.) auf. Mitten in der dramatischen Bergwelt kann man hier **leckeren Rahmbrei** (rømme-

HAUKELISTRASSE ERLEBEN



HAUGESUND TURISTINFORMASJON

Haraldsgata 131, 5527 Haugesund
Tel. 52 01 08 30
www.visithaugesund.no



Empfehlenswert (für Seetaugliche!): **Tagestour** von Haugesund auf die kleine, wilde Insel Utsira mitten in der oft stürmischen Nordsee (Überfahrt 1,5 Std.; 2 – 3 mal täglich) mit einem großen Reichtum an verschiedenen Vogelarten.
Traktorsafari: Von Viskjer setzen Sie über den Fjord und fahren dann im von einem Traktor gezogenen Anhänger auf die Eikemo-Alm (ca. 5 Std.). Steilste Wege, wunderbare Aussicht, Kaffee am Lagerfeuer (auf Bestellung ab 10 Pers., Tel. 95 90 96 64, www.aakrafjorden.no).



Jährlich im August oder September findet in Haugesund Norwegens größtes **Filmfestival** statt (www.filmfestivalen.no)



LOTHES MAT & VINHUS €€€-€€€€

Einen schönen Blick auf den Smedasund bietet das hübsche, weiße Holzhaus, in dem Chefkoch Niklas Dahwl beste norwegische, natürlich fischlastige Küche aus regionalen Zutaten serviert. Es werden u. a. auch Kochkurse und Tapaskurse, gelegentlich Konzerte oder »Food-Theater« angeboten. Das Lothes gehört zur exklusiven Vereinigung historischer Restaurants und Hotels »De Historiske«.
Skippergata 4, Haugesund
Tel. 52 71 22 01
www.lothesmat.no

NAUSTED €€€-€€€€

Die Geschichte des Nausted (Bootshaus) reicht bis ins Jahr 1886 zurück. Heute gehört das ehemalige Bootshaus zum kulinarischen Imperium des Maritim Hotels. Hinter dem restaurierten Holzhaus ragt der moderne Bau auf. Die kreative Küche des Nausted folgt dem Motto des Restaurantverbunds »Smak av Kysten« – Geschmack der Küste.
Åsbygaten 3, Haugesund
Tel. 52 86 30 00
www.hotelmaritim.no



CLARION COLLECTION HOTEL AMANDA €€€€

Das noble Hotel im Herzen von Haugesund direkt am Wasser bietet jeden Komfort. Kein Wunder, denn hier logieren während des Internationalen Filmfestivals die Größen aus der Filmbranche. Vielleicht wohnen Sie ja Tür an Tür mit einem Filmstar – vorausgesetzt, Sie haben rechtzeitig gebucht.
Smedasundet 93, Haugesund
Tel. 52 80 82 00
www.nordicchoicehotels.com

FLOKEHYTTENE €€€-€€€€

Direkt am Meer: wunderschöne Holzhütten mit Platz für bis zu 5 Personen, mit großen Panoramafenstern, komfortabel eingerichtet, betreibt der Norwegische Wanderverein 20 km nördlich von Haugesund. Frühzeitig buchen!
Mølstrevågvejen, Sveio
Tel. 52 71 53 11
https://ut.no/hytte/10881073/flokehyttene

grøt) essen und auch übernachten. Die Gebirgsstube ist ein guter Ausgangspunkt für Wanderungen und Langlauftouren zum weiter nördlich gelegenen Nationalpark ► Hardangervidda.

Geradezu ein Muss



Alte Haukeli-Passstraße

Einige Kilometer weiter erkennt man im Norden die leuchtenden Firnfelder des steil abstürzenden Store Nupsfonn (1661 m). Die alte Passstraße über das **Haukelifjell**, die direkt vor dem Ostende des 5682 m langen Haukelitunnels beginnt, ist geradezu ein Muss für Touristen. Diese wunderschöne Gebirgsstrecke, die zugleich Wasserscheide zwischen dem Atlantik und dem Skagerrak ist, erreicht mitten in der gewaltigen, steinigen Bergwelt am 1145 m hohen **Dyrskar** ihren höchsten Punkt.

Ein schwitzendes Kruzifix

Røldal

Über eine beeindruckende Schnee- und Steinwüste und durch mehrere Tunnel führt der Weg hinunter nach Røldal am gleichnamigen See. Auch hier kann man die alte Wegstrecke wählen, eine 1880 auf imponierende Weise angelegte Serpentinenstraße mit sieben großen Kurven und beeindruckender Aussicht. Die im 13. Jh. erbaute **Stabkirche** von Røldal war einst als Pilgerziel bekannt, denn in der Johannisnacht begann das Kruzifix regelmäßig zu schwitzen. Die Pilger glaubten, dass dieser Schweiß Wunder vollbringen könne, und strichen ihn auf ihre Wunden. Erst 1835 entdeckte ein kluger Kopf, dass es die vielen Pilger selbst waren, die für dieses Wunder sorgten: Sie erzeugten eine so hohe Luftfeuchtigkeit in der Kirche, dass das Kruzifix zu »schwitzen« begann. Auch wenn es kein Wunder gibt, lohnt doch ein Blick auf die schöne Renaissance-Altartafel und die Kanzel von 1627.
Westlich von Røldal schraubt sich die E 134 langsam zur Öffnung des 4650 m langen **Røldaltunnels** hinauf. In Richtung Westen tauchen in der Ferne die weißen Firnfelder des bis zu 1660 m hohen Folgefonn (► Hardangerfjord) auf. Auch hier gibt es Alternativen: Südöstlich des Tunnels führt ab dem Røldal Skisenter die alte Straße hinauf zu den **Hordabrekkene**, ein über 100 Jahre altes, imponierendes Meisterwerk der Straßenbaukunst mit insgesamt 16 Haarnadelkurven und einer wundervollen Aussicht über den See Røldalvatn. Die Straße ist nur im Sommer geöffnet. Das Gleiche gilt für die nun folgende steile, von überaus eindrucksvollen Felswänden umgebene Wegstrecke entlang der imposanten **Seljestadschlucht**, in der man noch die Reste des ersten Transportpfads entdecken kann.

Auf Adrenalin

Åkrafjord

15 km nach der Jøsendal-Kreuzung (RV 13 nach Odda) beginnt der enge, von beinahe senkrecht aus dem Wasser ragenden, glatten Fels-

wänden umgebene Åkrafjord. Der alte, schmale Weg entlang der steilen Berghänge ist durch eine moderne Straßenanlage mit mehreren Tunneln, u. a. dem 7406 m langen Åkrafjordtunnel, ersetzt worden. An dessen Südwestende liegt ein hübscher Rastplatz mit Fjord-Blick.
Eine besondere Art, den Åkrafjord zu erleben, verspricht die höchste **Seilrutsche** Europas in der **Trolljuv-Schlucht** – sinnigerweise bezeichnet der Veranstalter sich als **Trolljuv Adrenalinpark**. In 105 m Höhe führt die rasante Fahrt mit der »Zip-Line« mit bis zu 40 Stundenkilometern über den Fjord und endet auf einem gepolsterten Felsvorsprung direkt an der sehenswerten Trolljuv-Brücke. Zurück zum Ausgangspunkt gelangt man entweder über die Brücke oder über einen steilen Kletterpfad zur nächsten Zip-Line, die wieder auf die andere Seite der Schlucht führt. Nicht weniger Mut braucht man für einen Bungee-Sprung in die Trolljuv-Schlucht, der vom selben Veranstalter angeboten wird.
Am Fuß der Steilwand hat ein neues **Besucher- und Erlebniszentrum** in spektakulärer Form eröffnet. Als Inspiration für das Design des markanten Bauwerks diente dem Osloer Architekturbüro Reiulf Ramstad Arkitekter die umliegende Natur mit den charakteristischen spitzen Gipfeln der **Trollveggen**. Auf diese haben Besucher des Zentrums freie Sicht, ob im verglasten Café, auf der Außenterrasse oder im großen Atrium unter freiem Himmel. Ein kurzer Dokumentarfilm zeigt die Geschichte der Steilwand seit der Erstbesteigung.

Trolljuv Adrenalinpark: Trolljuv bru, Markhus | Juni – Sept. Sa., So., Mitte Juni – Mitte Aug. auch Di., Do. | Bungee-Sprung (Mindestalter 16 Jahre): 980 NOK (frühzeitig anmelden!) | bungee.no/en/our-sites/trolljuv-adrenalinpark
Trollveggen Besøkssenter: Horgheimseidet, Åndalsnes | tgl. Juni bis Aug., Hochsaison 11 – 19, Nebensaison 11 – 18 Uhr | www.visit-trollveggen.com

Wohin in Haugesund und Umgebung?

Harald Schönhaars Grab

Haugesund

Die E 134 schlängelt sich nun durch eine sanfte, liebliche Fjord- und Seenlandschaft, die in starkem Kontrast zur dramatischen Natur weiter nördlich steht, und endet in Haugesund (37 000 Einw.). Schon der isländische Sagadichter Snorre Sturlasson erwähnte die Stadt bereits Anfang des 13. Jahrhunderts. Lassen Sie sich von den Offshore-Werften und dem Aluminiumgiganten Hydro nicht abschrecken – am Hafen laden die Gässchen und Straßen entlang des Smedasunds mit ihren hübschen, weiß gestrichenen Häusern zum Bummeln ein. Nicht zu übersehen ist das rosafarbene Rathaus von 1931, das ein reicher Reeder der Stadt geschenkt hat.

Rund 2 km nördlich von Haugesund ließ Erbprinz Oscar, später König Oscar II., das bombastische Grabmonument **Haraldshaugen** über dem angeblichen Grab von Harald Schönhaar errichten, der hier 1000 Jahre zuvor nach seinem Seesieg am Hafrsfjord bei Stavanger Norwegen zu einem Reich vereint hatte. Das Monument besteht aus einem 17 m hohen Obelisken und 29 Steinen, die die damaligen 29 norwegischen vereinten Volksstämme darstellen. Südlich des Monuments steht ein Steinkreuz von 1000 n. Chr.

Jungfrau Marias Nähnadel

Karmøy

Wer Haugesund in südlicher Richtung verlässt, gelangt über die Karmsund-Brücke auf die lang gestreckte Insel Karmøy, von der das Kupfer für die New Yorker Freiheitsstatue stammt – die Geschichte der Kupfergruben erzählt das Museum in **Visnes**. Bei **Avaldnes** stand im 9. Jh. unter Harald Schönhaar Norwegens ältester Königssitz. Neben der ehemaligen königlichen Kapelle steht Norwegens höchster Bautastein, »Jungfrau Marias Nähnadel«. Man sagt, dass die Welt untergehen wird, sobald dieser Stein die Kirchenwand berührt. Westlich von Avaldnes liegen die sieben Grabhügel Rehaugene aus der Bronzezeit.

Eldorado für Fotografen



Skudeneshavn

Entlang der Westküste mit teilweise fantastischer Aussicht auf das Meer gelangt man ins idyllisch gelegene Städtchen Skudeneshavn mit malerischen, engen Gassen und weißen Holzhäuschen, ein wahres Eldorado für Fotografen. Wer Zeit hat, sollte hier die Fähre nach Mekjarvik nördlich von Stavanger nehmen, als Alternative zur Hauptstrecke (E 39), die durch viele Tunnel nach Stavanger führt. Alles über Skudeneshavns Blütezeit während der Heringsfischerei erfährt man in dem liebevoll eingerichteten **Museum im alten Mælandsgården.**

Museet Mælandsgården: Holmen 16, Ende Juni – Mitte Aug. Mo. – Fr. 11 – 17, Sa. 12 – 16, So. 12 – 17 Uhr | Eintritt: 80 NOK | www.skudenes.no/museum



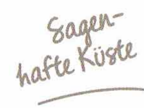
★ HELGELANDKÜSTE

Gebiet: Mittelnorwegen



Schroffe Berge, blank polierte Schärenbuckel, die Gipfel der Sieben Schwestern, der durchlöcherte Berg Torghatten, der Svartisen-Gletscher und der Saltstraumen liegen am Kystriksveien. Wer es auf dem Weg nach Norden eilig hat, nimmt die E 6, wer mehr Zeit hat, genießt zwischen Steinkjer und Bodø die Szenerie entlang der Küste.

Der Hut eines Riesen, durchbohrt von einem Pfeil und zu Stein erstarrt – so weiß es die Sage über die Entstehung des Torghatten bei Brønnøysund.



Mindestens drei Tage sollte man sich für die rund 650 km lange Strecke entlang des **Kystriksveien** (Fv 17) Zeit nehmen, denn die Straßen an der Helgelandküste sind eng und kurvig, obendrein muss man noch sieben Fähren nehmen. Über die Zehntausende von Inseln und Schären ragen eigenartig geformte Berge, die seit alters her die Fantasie der Bewohner beflügeln. Dem Volksglauben nach sind einige dieser Berge zu Stein gewordene Trolle, die sich nicht rechtzeitig vor dem Sonnenaufgang versteckt haben. Nicht umsonst zählt fast der gesamte Verlauf des Kystriksveien wegen seiner Schönheit zu den **Norwegischen Landschaftsrouten**.

Entlang der Küstenstraße Nr. 17

Rund 7 km nördlich von Steinkjer zweigt die Fv 17 von der E 6 ab, doch erst nach weiteren 40 km erreicht sie den ersten Meeresarm und verdient sich den Namen Kystriksveien.

Hier lief die erste dampfbetriebene Sägemühle

Namsos

Namsos befindet sich an einer kleinen Bucht an der Mündung des Flusses Namsen in den Namsenfjord. Gegründet wurde die Stadt im 19. Jh. als Holzumschlagplatz. So verwundert es nicht, dass gerade hier die erste dampfbetriebene Sägemühle in Betrieb ging. Das Norwegische **Sägemühlenmuseum** erinnert mit mehreren noch funktionstüchtigen Maschinen an diese Zeit.

Im **Namsdalsmuseum** gibt es 15 historische Gebäude, zahlreiche kulturhistorische Exponate zur Küstenkultur und zum Namdal sowie ein zwölfruderiges Nordlandboot.

Norsk Sagbruksmuseet: Linbergvegen 16 | Juli – Mitte Aug. Mo. – Fr. 9 – 17, Sa. 11 – 16 Uhr | Eintritt: 80/50 NOK | https://sagbruksmuseet.no
Namsdalmuseet: Kjærlighetsstien 1 | Mitte Juni – Anf. Aug. Di. – So. 12 – 16 Uhr | Eintritt: 80 NOK | www.namdalsmuseet.no

Hinter silbernen Segeln

Rørvik

Von Namsos lohnt ein Abstecher nach Rørvik, dem größten Ort auf der **Insel Vikna**. Rund um die Insel breitet sich ein weitläufiger Schärengarten mit mehr als 6000 Inseln aus. Hier treffen sich allabendlich die nord- und südgehenden Schiffe der Hurtigruten. Im Ort gibt es noch einige alte Holzhäuser, doch das markanteste Gebäude ist das **Küstenmuseum Norveg**. Wie drei große, silberne Segel auf einer Brücke im Wasser wirkt die Fassade des architektonisch ungewöhnlichen Gebäudes, das von dem in Island geborenen und mittlerweile in

HELGELANDKÜSTE ERLEBEN



TURIST INFORMATION BRØNNØYSUND

Sømnaveien 92
8900 Brønnøysund
Tel. 75 01 80 00
www.visithelgeland.com

SANDNESSJØEN TURISTKONTOR

Torolv Kveldulvsonsgate 10
8800 Sandnessjøen
Tel. 75 01 80 00
visithelgeland.com



Zu den beliebtesten Freizeitaktivitäten gehört **Kayakfahren**. Einsteigerkurse und geführte Touren haben mehrere Veranstalter im Programm. Informationen über die Touristenbüros und direkt bei den Veranstaltern:
Beyond Limits, Ørnes, Tel. 41 60 17 47, www.beyondlimits.no
Rocks & Rivers, Engavågen, Tel. 41 08 29 81, www.rocksandrivers.no
Explore Ytre Namdal, Abelvær, Tel. 95 99 78 11, exploreyn.no

Eine **»Wanderung«** der besonderen Art verspricht die Fykantreppe am Ostende des Fykanvatn (bei Glomfjord; zwischen Fykantunnel und Svartistunnel abbiegen). Als Abkürzung für die Bauarbeiter (Rallar) des Kraftwerks im Glomfjord geplant, führt sie über 1129 Stufen und eine Hängebrücke steil nach oben. Es gibt auch geführte Touren (www.fykan.no).

Rund um die Eiderenten: Bootsverbindungen von Sandnessjøen und Brønnøysund nach Vega (www.verdensarvvega.no, www.visitvega.no). Die Welterbeausstellung auf der Insel Igerøy in Nes und die Ausstellung auf Lånan informieren über die Eiderdaunenproduktion. Im Sommer werden drei Mal wöchentlich Fahrten zur Insel Lånan, dem größten Nistplatz der Eiderenten, angeboten. Buchungen über das Touristenbüro auf der Hauptinsel Igerøy.



SAGASTUA IN HILDURS URTERARIUM €€

Hildurs Kräutergarten mit über 200 verschiedenen Kräutern ist ein olfaktorisches Fest. Im Restaurant Sagastua werden leckere Gerichte mit Kräutern aus dem eigenen Anbau serviert, Spezialität ist Wildschaf. Reservierung erforderlich. Einfache Gerichte bekommt man im Sommercafé im Kräutergarten.
Tilrem, Brønnøysund
41 51 52 13
www.hildurs.no

GAMMELBUTIKEN RESTAURANT €€

Hier sitzen Sie schön auf der Terrasse des Hauses aus dem 18. Jh. mit Blick auf den kleinen Hafen des alten Handelsplatzes und genießen, was Cynthia Lizada an nordnorwegischen Köstlichkeiten auf den Tisch bringt. Vorher reservieren!
Støtt Brygge
Tel. 40 02 12 12
www.stott.no

SVANG €€€

Unscheinbar von außen, bietet das Svang vorzüglich zubereitete norwegische Küche, natürlich mit Schwerpunkt Fisch (So., Mo. geschl.).
Storgata 77, Brønnøysund
Tel. 96 04 41 93
https://svangrestaurant.no



FRU HAUGANS HOTEL €€€-€€€€

Seit 1794 gibt es dieses Hotel – kein Wunder, dass Fru Haugans der noblen Vereinigung »De Historiske« angehört. Buchen Sie ein Zimmer im historischen Flügel! Zwar sind alle Räume sehr komfortabel eingerichtet, aber nur im alten Teil spüren Sie die nostalgische Atmosphäre.
Strandgaten 39, Mosjøen
Tel. 75 11 41 00
www.fruhaugans.no

SCANDIC ROCK CITY €€€

Sind Sie mit Rockmusik aufgewachsen und lieben die guten alten Zeiten? Dann ist dieses Themenhotel neben dem Förderzentrum »Rock City« richtig. Die Inneneinrichtung ist vom Geist der Rockmusik belebt. Sie können sogar in einem Bett in Gitarrenform schlafen ...
Sverresgate 35, Namsos
Tel. 74 22 40 00
www.scandichotels.no/rockcity

Norwegen lebenden Architekten Gudmundur Jonsson entworfen wurde. Hinter den Segeln befindet sich das 2004 von der norwegischen Königsfamilie eröffnete Museumsgebäude, das Ausstellungen zur 10000-jährigen Küstenkultur zeigt.
Südwestlich von Rørvik liegt verteilt sich auf einige kleine Inseln der historische Fischerort **Sør-Gjæslingan**, der heute vom Museum Norveg unterhalten wird (jeweils So. Tagesausflug).
Kystmuseet Norveg: Strandgata 7 | Mitte Juni – Mitte Aug. Mo. – Sa. 11 – 16, sonst Di. – Sa. 11 – 15 Uhr | Eintritt: 100 NOK | www.kystmuseetnorveg.no

In der Mitte ein Loch

Brønnøysund

Die kleine Küstenstadt Brønnøysund liegt auf einer Halbinsel am gleichnamigen Sund und bezeichnet sich stolz als Mitte Norwegens. Im Stadtzentrum gibt es eine Steinkirche im neugotischen Stil von 1870, Teile des Chors stammen noch aus dem Mittelalter. Von der südlich des Zentrums gelegenen Brücke über den Brønnøysund hat man den besten Blick über den Ort und die Inselwelt. Über diese Brücke gelangt man auch zum 15 km südlich der Stadt gelegenen, durchlöcherten Berg **Torghatten**. Ein 35 m hohes und bis zu 20 m breites Loch gut 100 m über dem Meeresspiegel macht diesen Berg einzigartig. Vom Fuß des Berges kann man in rund einer halben Stunde zum Loch hinaufsteigen. Nach der Durchquerung kann man auf der anderen Seite wieder absteigen und zum Ausgangspunkt zurückkehren.

Mollig warme Daunen



Vega-Archipel

Die Daunen der Eiderente sind die beste – und teuerste – Füllung für Bettdecken und Schlafsäcke, denn nichts ist so federleicht und trotzdem so mollig warm. Die brütenden Enten leben gefährlich,

denn sie sind beliebte Beute von Ottern und Nerzen. Doch die Räuber scheuen die Nähe des Menschen, weshalb die Eiderenten genau diese suchen.

Aus **6500 Inseln** soll Vega bestehen, die meisten jedoch sind Sandbänke und Schären, die nur knapp aus dem Wasser schauen. Neben den Eiderenten brüten hier natürlich noch viele andere Vogelarten und machen den Archipel, der zum Weltnaturerbe der UNESCO gehört, zu einem Lieblingsziel der Ornithologen. Mehr darüber erfährt man im Besucherzentrum in Gardsøya.

www.verdensarvvega.no



VON EIDERENTEN UND MENSCHEN

Seit Jahrhunderten schon funktioniert das Abkommen »Schutz vor Räubern im Tausch gegen Daunen«. Für die Sicherheit sorgt seit jeher die Daunenbäuerin, die während der Brutzeit regelmäßig nach den Enten schaut. Sie ist dafür verantwortlich, dass die Tiere sich wohlfühlen. Sind die Eiderenten mit ihren Jungen fort, beginnt das Einsammeln und Reinigen der Daunen. All das lernen Sie hautnah bei einer Führung im Eiderentendorf Lånan oder bei einer Eider Safari kennen (Besuch in Lånan im Juli, Eider Safari im Juni; Buchung bei Hildegunn Tel. +47 452 72 65 oder hildegunn@lanan.no; Info: https://lanan.no

Dichtender Prediger

Alstahaug

Nach zwei weiteren Fährpassagen gelangt man nach Alstahaug, in dessen Kirche aus dem 12. Jh. einst der dichtende Pastor Petter Dass (1647 – 1708) predigte. Er lebte von 1689 bis zu seinem Tod in Alstahaug. An diese interessante Persönlichkeit, die in Norwegen als Barockdichter bekannt ist, erinnert das **Petter-Dass-Museum**. Das spektakuläre Museumsgebäude wurde von dem bekannten Architekturbüro Snøhetta entworfen.

Petter-Dass-Museet: Alstahaugveien 17 | Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 10 – 17, sonst Di. – Fr. 10 – 15.30, Sa., So. 11 – 17 Uhr | Eintritt: NOK 120, bis 16 J. frei | www.petterdass-museet.no

Anschluss ans Festland

Sandnessjøen

Die kleine Küstenstadt Sandnessjøen an der Nordwestspitze der Insel Alsten ist das wichtigste Versorgungs- und Handelszentrum der Region. Durch die 1991 eingeweihte, mehr als einen Kilometer lange **Helgelandsbru** erhielt die Stadt eine Verbindung zum Festland. Der westliche Teil der Insel ist überwiegend flach und wird landwirtschaftlich genutzt. Im Osten ragt das von den Gletschern der letzten Eiszeit geformte Bergmassiv der Sieben Schwestern auf, mit Gipfeln, die alle rund 1000 m hoch sind.

Sieben wilde Schwestern



Syv Søstre

Nach einer Sage sollen die Sieben Schwestern (Syv Søstre) und der durchlöcherte Berg Torghatten folgendermaßen entstanden sein: Auf den Lofoten lebte einst König Vågakallen mit seinem heißblütigen Sohn Hestmannen. Jenseits des Fjordes saß König Sulitjelmakongen mit seinen sieben wilden Töchtern. Da er sie nicht bändigen konnte, schickte er sie zu der in der Nähe lebenden Pflegemutter Lekamøya. Als Hestmannen Lekamøya im Fjord baden sah, sprang er auf sein Pferd und wollte zu ihr, doch Lekamøya nahm die sieben Schwestern und floh in Richtung Süden. Bei Alstahaug stellten sich die Schwestern in einer Reihe auf und warteten auf Hestmannen. Doch der hatte nur Augen für Lekamøya. Als ihm klar wurde, dass er diese nicht mehr einholen würde, schoss er einen Pfeil auf Lekamøya ab. Doch in den Bergen von Brønnøy saß ein Riese, er hatte alles beobachtet und warf seinen Hut dazwischen. Der Hut fiel durchbohrt hinab und wurde zum **Torghatten**, als in diesem Moment die Sonne aufging. Auch alle anderen erstarrten zu Stein, aus Hestmannen wurde die Insel **Hestmannøy**, aus den beiden Königen der 942 m hohe **Vågakallen** auf den Lofoten und der 1913 m hohe **Sulitjelmakongen** an der schwedischen Grenze und Lekamøya zur Insel **Leka** südlich von Brønnøysund.

Unanständig groß

Lovund, Dønna

Von Sandnessjøen aus besteht eine Schnellbootverbindung zur Vogelinsel Lovund mit ihrer großen **Papageitaucherkolonie**. Auch die

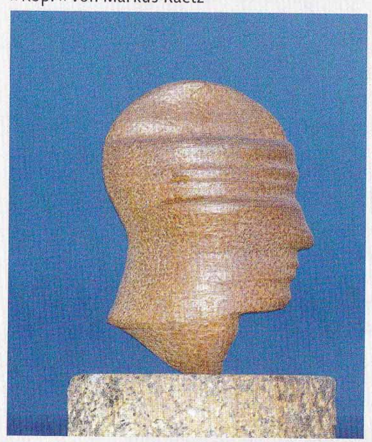
KUNST IM HOHEN NORDEN



Unter freiem Himmel über die ganze Küste der Provinz Nordland verteilt stehen 36 Kunstwerke von Künstlern aus 18 Ländern. 1992 wurde das Projekt »Skulpturenlandschaft Nordland« begonnen. Es ist unglaublich beeindruckend, diese teils eigenwilligen, teils anrührenden Werke der Gegenwartskunst aufzusuchen, Meer und Wind rauschen zu hören und die wechselnden Lichtstimmungen eines 40 000 km² großen Ausstellungsraumes zu genießen.

Den Anfang machte Kain Tapper aus Finnland mit seiner dreiteiligen Granitskulptur »En Ny Samtale« (Ein neues Gespräch), auf der Insel Vega. Ein symbolträchtiger Titel, denn das Projekt, **zeitgenössische Kunstwerke** an abgelegenen Orten aufzustellen, sollte der Kunst in Nordnorwegen über Jahre neue Impulse liefern. Die meisten Exponate wurden in der Nähe des Wassers platziert, ganz in der Tradition der Felsritzungen, die einst von den Menschen der Bronzezeit mit viel Mühe in küstennahe Felsen geschabt wurden. Für alle Künstler war die **Wahl des Standorts entscheidend**, um eine direkte Wechselwirkung zwischen ihrem Werk und der grandiosen Landschaft des Nordens herzustellen.

»Kopf« von Markus Raetz



Die richtige Perspektive

Ein wenig Mühe macht es schon, die einzelnen Beiträge zur Skulpturenlandschaft ausfindig zu machen, denn sie stehen häufig auf kleinen Inseln oder an entlegenen Küstenabschnitten. Doch die Mühe lohnt, denn was geboten wird, ist äußerst vielfältig. Durchlöcherte Steine, goldfarben lackierte stählerne Flammen und verschlungene Ornamente aus rostigem Stahl, die im Licht der Mitternachtssonne glühen. Oder eine mehr als zehn Meter hohe Granitfigur, die im Wasser steht und aufs Meer blickt. Mit jeder Flut versinkt sie etwas weiter im Wasser, um ein paar Stunden später wieder aufzutauchen. Viele Kunstwerke bieten ganz verschiedene Ansichten, jeder Wechsel des Standorts führt zu einer neuen Perspektive und auch Wetter und Jahreszeiten sorgen für immer neue Variationen. Faszinierend ist der **Kopf von Markus Raetz** (Abbildung links), der 16 Mal die Form wechselt, wenn man ihn umrundet: Von vorne ist es ein klassisches Porträt, von hinten steht er unerklärlicherweise auf dem Kopf.

Auswahl der Standorte

Einen Überblick über das gesamte Projekt findet man im Intenet unter www.skulpturlandskap.no. Folgende Kunstwerke sind dort unter anderem aufgeführt:

Ballangen Kommune, Skarstad: »Himmel auf Erden« (s. Bild unten) von Inge Mahn, Deutschland. Beim Efjord von der E 6 auf die Str. 741 abbiegen und bis Skarstad fahren.

Bø: »Der Mann vom Meer« von Kjell Erik Olsen, Norwegen. Auf einer Landzunge vor dem Ort Bø auf Langøy.

Evenskjær: »Sieben magische Punkte« von Martti Aiha, Finnland. Nördlich von Evenskjær (E 10) auf die Str. 825 abbiegen, nach ca. 2 km in der Nähe der Straße auf einer Halbinsel.

Flakstadøy: »Epitaph« von Toshi-katsu Endo, Japan. An der Straße nach Skjelfjord, ca. 2 km von Ramberg.

Hadsel: »Tage und Nächte« von Sarkis, Türkei/Frankreich. An der Brücke von Stokmarknes nach Børøy.

Mosjøen: »Drei Flammen« von Hulda Hákon, Island. Ca. 1 km westlich der E 6 in der Nähe der Str. 244.

Røst: »Das Nest« von Luciano Fabro, Italien. Auf der Vogelinsel Vedøy.

Sortland: »Das Meeresauge« von Sigurdur Gudmundsson, Island. In Sortland, nahe der E 10 auf Langøya.

Vestvågøy: »Kopf« von Markus Raetz, Schweiz. Ca. 2 km außerhalb von Eggum.

Vågån: »Ohne Titel« von Dan Graham, USA. An der E 10, am alten Fähranleger von Lyngvær.

»Himmel auf Erden« von Inge Mahn bei Ballangen



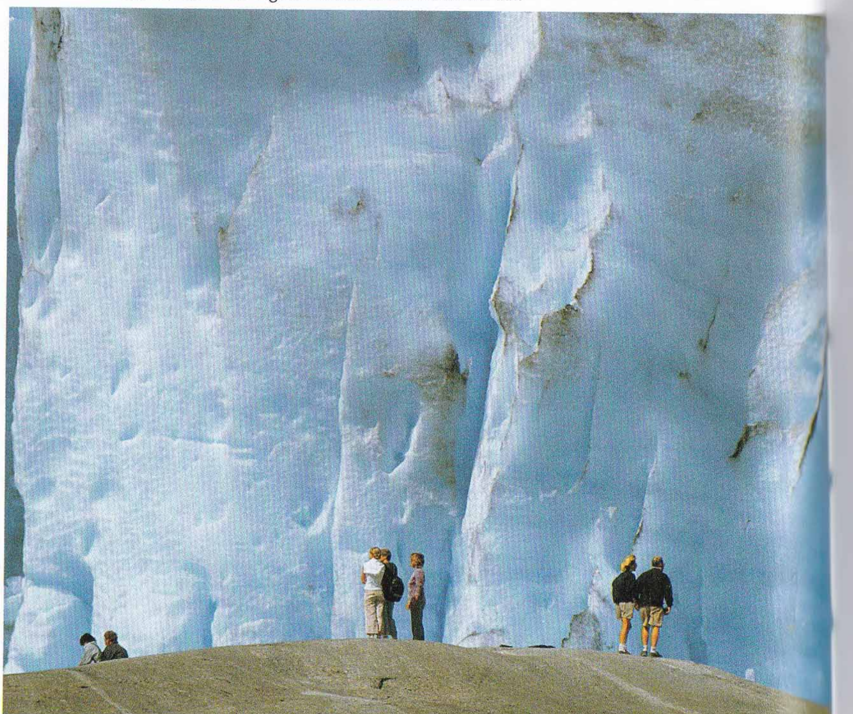
Insel Dønna ist von Sandnesjøen aus zu erreichen. Von dem nur 127 m hohen **Dønnesfjell** bietet sich ein schöner Rundblick auf die Inselwelt bis zu den Sieben Schwestern. Außerdem befindet sich in Glein auf Dønna ein Fruchtbarkeitssymbol aus der Zeit der Völkerwanderung (ca. 500 – 600 n. Chr.): ein Phallus aus Stein, der größte seiner Art in Skandinavien. Auf Dønna lohnt sich auch der Besuch der **Dønnes Steinkirche** (12. Jh.) mit ihren unterirdischen Gängen und einer Grabkammer.

Dorf-Uni

Nesna

Nesna mit seinen bunten Holzhäusern liegt auf einer Landzunge zwischen Ranfjord und Sjonafjord. Der kleine Ort besitzt seit 1918 eine **Universität**, an der vor allem zukünftige Lehrer studieren: Auf 1700 Einwohner kommen 1200 Studenten. Bei der Fahrt in Richtung Norden wird während der nächsten Fährpassage zwischen Kilboghamn und Jektvik der Polarkreis überquert.

Das Gletschereis ragt am Jostedalsbre haushoch auf.



Immer weniger ...

Glomfjord

Der Kystriksveien führt nun durch einen langen Tunnel und erreicht Glomfjord. Hier produziert die Firma Norsk Hydro Kunstdünger für ganz Norwegen. Seit Beginn des 20. Jh.s schmelzen viele Gletscherzungen des Svartisen stark ab, besonders eindrucksvoll ist dies am **Engabre** zu sehen. Früher reichte das Eis bis zum Holandsfjord und kalbte direkt ins Meer, heute endet die viel schmaler gewordene Eiszunge weit oberhalb und wird in einigen Jahren wohl ganz verschwunden sein.

Wirbel und Strudel



Saltstraumen

Nach dem Passieren von Ørnes gelangt man rund 35 km vor Bodø zum letzten Höhepunkt der Küstenstraße, dem Saltstraumen, einem 2,5 km langen, etwa 150 m breiten und bis 50 m tiefen **Gezeitenstrom** zwischen den Inseln Straumen und Straumøy, der den Saltfjord mit dem Skjerstadfjord verbindet. Im Wechsel der Gezeiten werden jeweils etwa 370 Mio. m³ Wasser durch die Enge gepresst, wobei beeindruckende Wirbel und Strudel entstehen. Nur beim Hoch- und Tiefstand des Wassers, wenn der Gezeitenstrom die Richtung ändert, beruhigen sich die Strudel für kurze Zeit. Zahlreiche Angler versuchen hier ihr Glück. Der größte je hier gefangene Fisch war ein 32,7 kg schwerer Dorsch.

★★ JOSTEDALSBRE

Gebiet: Westnorwegen | **Höhe:** bis 2038 m ü. d. M.

Von welcher Seite auch immer man sich dem Jostedalsbre nähert, die Eismassen des größten Gletschers auf dem europäischen Festland sind beeindruckend. Nicht versäumen sollte man einen Ausflug zu den Gletscherzungen Nigardsbre und Briksdalsbre und einen Besuch im Gletscherzentrum im Jostedal.



Der norwegische Maler Nikolai Astrup, ein Zeitgenosse Edvard Munchs, verbrachte fast sein ganzes Leben in Jølster, in der Nähe des Jostedalsbre. Sein Vater leitete die Pfarrei in Ålhus am Jølstravatn, später lebte er lange auf dem Hof Astruptun am gegenüberliegenden Seeufer. Der Hof, heute ein Museum, sein Garten und die umliegende Landschaft wurden so zwangsläufig zu den Hauptmotiven seiner Bilder. Seine Gebirgslandschaften, oft im Wechsel der Jahreszeiten, zeigen viele Facetten der dramatischen Natur Fjordnorwegens in der Nähe des Jostedalsbre.



JOSTEDALSBRE ERLEBEN



GLETSCHERZENTRUM/
BREHEIMSENTERET
6871 Jostedal
Tel. 57 68 32 50
www.jostedal.com



Vom Gletscherzentrum werden **Touren** aller Schwierigkeitsgrade organisiert (von zwei bis vier Std.). Im Preis inbegriffen ist der Verleih einer kompletten Gletscherausrüstung inklusive Gletscherstiefeln. Für eine **Wanderung** im unteren Teil des Nigardsbre ist keine besondere Kondition erforderlich.



BRIKSDALSBRE FJELLSTOVE €€
Die Caféteria und das Restaurant liegen am Ende der Straße ins Briksdal oberhalb des Parkplatzes. Wer Ruhe sucht, sollte erst am späten Nachmittag kommen. Übernachtungsmöglichkeit gibt es in sechs Zimmern und einer schönen Hütte.
Briksdalsbre
Tel. 57 87 68 00
www.briksdalsbre.no

KVITABUI MATNAUST OG GALLERI €€€
Auf Stelzen über dem Wasser gebaute Kunstgalerie und gleichzeitig feine Gaststätte ist das Kvitabui.
Solvornsstrond, Solvorn
www.kvitabui.no



WALAKER HOTELL €€€€
Für Nostalgiker ist das Walaker eines der schönsten Hotels Norwegens. Allein schon die Lage am Lustrafjord ist traumhaft. Die Zimmer mit historischem Ambiente, ein ruhiger Garten und eine ausgezeichnete Küche.
Gjesgivargarden, Solvorn
Tel. 57 68 20 80
www.walaker.com

URNES GARD €
Auf dem Hof fühlte sich schon im Mittelalter der Adel wohl. Neben der Vermietung der zwei Zimmer und drei Hütten bauen die Besitzer u. a. Himbeeren, Blaubeeren und Erdbeeren an, die sie im Hofladen verkaufen.
Ornes, am Lustrafjord nahe der Urnes-Stabkirche
Tel. 91 53 27 84
www.urnes.no

Seit der letzten Eiszeit hat sich die Größe des Gletschers mehrmals verändert, zeitweise war er wahrscheinlich sogar ganz abgeschmolzen; seine vielen Vorstöße und Rückzüge wurden jedoch erst seit etwa 1700 systematisch aufgezeichnet.
Der Jostedalsbre von heute bildet ein ziemlich ebenes Plateau, sein Eispanzer ist zwischen 100 und 500 m dick. In die umliegenden Täler fließen 28 größere Gletscherzungen, von denen der 15 km lange **Tunsbergdalsbre** in Europa nur vom Aletschgletscher in der Schweiz übertroffen wird. »Josten« nennen die Norweger das rund 40 km lange, eisgepanzerte Hochplateau, das eine Fläche von fast 500 km² bedeckt. Um den Jostedalsbre herum gibt es aber noch viele kleinere

Gletscher, deshalb bezeichnen die Norweger diese Gegend auch als **»Breheimen«**, die Heimat der Gletscher. Der beliebte Vikingfjord Vodka wird mit Wasser aus dem Gletscher hergestellt.
Nur an wenigen Stellen durchstoßen schneefreie Gipfel das Eis, im Nordosten ist es die Spitze des **Brenibba**, die den Gletscher um knapp einhundert Meter überragt. Diese vom Eis umgebenen Gipfel, die sogenannten Nunataker, sind steile und wild zerklüftete Felsen, die niemals vom Eis bedeckt waren und deshalb auch nicht glattpoliert wurden. 1991 wurde zum Schutz des Gletschers der **Jostedalsbreen-Nationalpark** mit einer Fläche von 1315 km² eingerichtet. Er umfasst außer dem Gletschereis auch noch baumbestandene Areale. Seit 2000 gehen die Gletscherarme aufgrund geringer winterlicher Niederschläge und mehrerer heißer Sommer zurück.

Wohin am Jostedalsbre?

Erwacht aus dem Dornröschenschlaf

Bei Gaupne, am nördlichen Ufer des Lustrafjords, zweigt die Straße ins Jostedal ab. Noch vor einem Jahrzehnt lag das langgestreckte, von steilen Felswänden flankierte Tal, durch das der wilde Jostedalselv fließt, im Dornröschenschlaf. Heute ist es einer der meistfrequentierten Zugänge zum Jostedalsbre. Jostedal

Wachstum, Rückgang und ein Gletschersee

Jenseits von Gjerde biegt man links auf eine kleine Straße ab, die zum Nigardsbre führt. Das letzte Wegstück fährt man durch ein 3 km langes Moränenfeld, das durch die Rückbildung des Nigardsgletschers entstanden ist. Um 1750 endete die Gletscherzunge noch fünf Kilometer weiter unten im Jostedal. Zu dieser Zeit wuchs der Gletscher mit einer erschreckenden Geschwindigkeit und begrub viele Weiden und Höfe im Tal unter sich. Als das Klima wieder wärmer wurde, zog sich der Gletscher in den darauffolgenden Jahren wieder zurück; seit ca. 1900 kam es wieder zu einem Rückgang von mehr als drei Kilometern. Als Folge dieses schnellen Abschmelzens entstand um 1930 ein Gletschersee, der **Nigardsvatnet**, der mittlerweile zu einer beträchtlichen Größe angewachsen ist. Vom Parkplatz am Ende der Straße kann man auf einem steinigen Pfad bis zum Gletscherrand wandern. Bequem und schnell erreicht man den Nigardsbre vom Anleger am Parkplatz mit dem kleinen Boot »Jostedalsrypa«, das ständig hin- und herpendelt. Nigardsbre
M/S Jostedalsrypa: 10. Juli – Ende Aug. 10 – 18 Uhr

Spektakuläre Touren

Das am Anfang der Mautstraße gelegene, sehr gut besuchte **Gletscherzentrum** (Breheimsenteret), mit Laden und Lunch-Restaurant, Breheimsenteret

informiert über 20 000 Jahre Natur- und Kulturgeschichte rund um den Jostedalsbre. Auch Buchungen für Touren, etwa für spektakuläre Kajaktouren auf den Gletscherseen Styggevatnet und Tunsbergdalsvatnet, oder Raftingtouren auf dem Jostedalsfluss sind hier möglich.
Jostedal | Mai – Sept. 10 – 17, Mitte Juni – Mitte Aug. 9 – 18 Uhr | Eintritt Ausstellung/Film: 85/55 NOK | www.jostedal.com

Geradezu ein Muss!

Briksdalsbre

Auch auf der Nordwestseite des Jostedalsbre gibt es zahlreiche Eisabbrüche, der bekannteste ist der Briksdalsbre. Ausgangspunkt für einen Besuch ist der kleine Ort Olden am Innvikfjord. Vorbei an der hübschen **Olden-Kirche** (1749) schlängelt sich die schmale Straße am Ufer des tiefgrünen **Oldensees** entlang und endet im Innern des von Wasserfällen und schneebedeckten Bergen umgebenen Tals. Die Wanderung hinauf zum Briksdalsbre ist geradezu ein Muss! Der teilweise recht steile Weg führt von der Briksdalsbre Gebirgsstube über einen tosenden Wasserfall, über dem bei Sonnenschein ein wunderschöner Regenbogen entsteht, und entlang des kristallklaren Gletscherbachs. Durch teilweise feuchtes Gelände geht es weiter zum Gletschersee und zur Gletscherzunge hinauf, die vor 80 Jahren beinahe bis ins Tal hinunterreichte (hin und zurück ca. 1,5 Std.). Man kann aber auch zwei Drittel der Strecke mit sogenannten Trollbilars (eine Art Golf-Carts) fahren oder an einer **Gletscherwanderung** teilnehmen. Am ruhigsten ist es hier vor 10 Uhr und nachmittags, nachdem die Kreuzfahrtschiffe ihre Passagiere wieder eingesammelt haben.

Warum ist das Eis blau?

Fjærland

Einen weiteren Zugang zum Jostedalsbre bildet der **Fjærlandsveg** (RV 5), der bei Sogndal von der RV 55 abzweigt und auf einer landschaftlich traumhaft schönen Strecke nach Fjærland führt. Hier informiert das auch architektonisch interessante **Norwegische Gletschermuseum** über die Geheimnisse des ewigen Eises. In diesem Erlebniszentrum kann man zum Beispiel mit Eis experimentieren und erhält Antworten auf die Fragen, warum das Eis blau ist und die Fjorde grün. Das Modell eines Wasserkraftwerks zeigt, wie aus dem stetigen Schmelzwasser eines Gletschers Elektrizität erzeugt wird.
Fjærland ist auch wegen seiner hübschen Holzhäuser und der idyllischen Lage am Fjord einen Abstecher wert. Für Leseratten ist das Dorf geradezu ein Muss, denn hier warten in rund einem Dutzend **Antiquariate** von Mai bis September rund 250 000 gebrauchte Bücher auf Käufer. Etwa 80 Prozent sind zwar norwegische Titel, aber wer ein bisschen stöbert, findet durchaus auch einiges in Deutsch und Englisch.
Norsk Bremuseum: Fjærlandsfjorden 13 | April – Okt. tgl. 10 – 16, Juni bis Aug. 9 – 19 Uhr | Eintritt: 140/70 NOK | www.bre.museum.no

★★ JOTUNHEIMEN

Gebiet: West- und Ostnorwegen | **Höhe:** bis 2468 m ü. d. M.



Ein Bergmassiv mit grandiosen Gipfeln und Gletschern, durchzogen von klaren Bächen und Seen. »Heimat der Riesen« nennen die Norweger respektvoll ihr liebstes Wandergebiet und schnüren jeden Sommer von Neuem die Wanderschuhe. Das Jotunheimen ist die alpinste Landschaft Norwegens mit den höchsten Bergen Skandinaviens.



Inspiriert von der wilden Landschaft und der nordischen Mythologie taufte der Dichter Aasmund Olavsson Vinje (1818 – 1870) das Gebiet 1862 auf den Namen Jøtunheimen – »Heim der Riesen«. Vinje verbrachte viel Zeit in seiner Hütte am Gjende-See und war überzeugt, dass hier die Jøtnen, die Trolle, lebten.
Trolle sind in ganz Skandinavien anzutreffen, besonders häufig jedoch in Norwegen, vielleicht weil ihr Ursprung im Jotunheimen liegen soll. Ihr Heiligtum ist die Trollkirche in der Nähe von Molde. Trollen kann man überall begegnen, im dunklen Wald, im Gebirge, wenn ein Gewitter aufzieht, wenn der Nebel zwischen den Bergen wabert oder das sturmgepeitschte Meer kocht, also immer dann, wenn die Natur versucht, uns Angst einzujagen. Ein Blick auf die Landkarte genügt, um von Trollen umgeben zu sein: Trollheimen, Trolltindene, Trollveggen oder Trollfjord sind nur einige von vielen Trollgegenden. Auch um besonders bizarre Landschaftsformen ranken sich unzählige Trollgeschichten, sei es der Torghatten, der Vagekollen, der Hestmannen oder die Sieben Schwestern, sie alle sind das Werk von Trollen. Und sie hassen die Menschen, weil die sie immer weiter in die Wälder und höher in die Gebirge getrieben haben.
Auch **Henrik Ibsen** muss vom Jotunheimen tief beeindruckt gewesen sein, sonst hätte er wohl nicht den sagenhaften **Peer Gynt** auf einen wilden Ritt über den »Sensengrat« geschickt:

»

In Sensenrückenbreite, unter Firneis, Schuttmoränen, Schnee, Geröll, Sand, kunterbunter, sieht dein Aug' auf jeder Seite stumme, schwarze Wasser gähnen.

«

Gemeint hat er wahrscheinlich den **Besseggengrat**, alles halb so schlimm, denn für diese Panoramatour braucht man nur eine gute Kondition, feste Schuhe, ein wenig Trittsicherheit und Schwindelfreiheit. Immerhin ist der Beseggen eine der beliebtesten Tagestouren des Landes.

ZIELE
JOTUNHEIMEN



Auf einem Bock soll Peer Gynt über den »Sensengrat« geritten sein. Ohne Tier, dafür in Wanderschuhen brechen jedes Jahr mindestens 30 000 Wanderer auf zum beliebten Besseggengrat, der den dunkelblauen Bessvatnet (rechts) und den tiefer liegenden Gjende-See (links) trennt.

Im Jotunheimen-Nationalpark

Oberhalb der Baumgrenze

Zwischen Oppland und Sogn og Fjordane

Das Kernstück des Jotunheimen-Gebirges ist der gleichnamige Nationalpark. Der Großteil des Parkgebiets liegt oberhalb von 1000 m und damit jenseits der Baumgrenze. Zwischen Oppland im Osten und Sogn og Fjordane im Westen erstreckt sich diese Fjelllandschaft, die von majestätischen Bergen und Gletschern, aber auch von mehreren langgestreckten Seen, kargen Tälern und baumlosen Hochebenen geprägt ist. Mit dem **Galdhøppigen** (2469 m) und dem **Glittertind** (2452 m) liegen hier die höchsten Berge Norwegens. Der Galdhøppigen zählt zu den am häufigsten bestiegenen Gipfeln des Landes, weil er der höchste ist und der Aufstieg im Sommer als nicht allzu schwierig gilt (▶ S. 162).

Eldorado für Felskletterer


Hurrungane

Den südwestlichen Teil des Nationalparks bildet das Hurrungane, das durch das tief eingeschnittene Utladal größtenteils vom Rest Jotunheimens abgeschnitten ist. Hier liegen auf engstem Raum sechs der höchsten Gipfel Norwegens. Beherrschend ist der beliebteste Klettergipfel, der imponierende **Store Skagastølstind** (2405 m). Auch wenn Hurrungane das Eldorado der Felskletterer ist, lohnt auch für Wanderer ein Ausflug in diese bizarre Bergwelt.

Viel los an Ostern

Wandern im Nationalpark

Dank eines dichten Netzes von markierten Wanderwegen und Hütten des Norwegischen Wandervereins DNT, der Schiffsrouten über die Seen Gjende und Bygdin und der beiden Straßen 51 und 55 ist Jotunheimen gut erreichbar. Daher wird es auf einigen klassischen Routen, wie dem Besseggengrat, zur Ferienzeit für norwegische Verhältnisse ungewohnt voll. Die schönste Zeit zum Wandern beginnt Ende Juni – vorher beeinträchtigen Schneefelder, matschiger Untergrund und das Fehlen jeglichen Grüns die Freude – und reicht bis in den September. Im Winter ist Jotunheimen ein ausgezeichnetes und beliebtes Gebiet für Skitouren mit Langlaufskiern. Zu Ostern ist Hochsaison, dann zieht es viele Norweger ins Gebirge, fast alle Hütten sind geöffnet.

Fahrt über die Valdresflya

Der Südrand des Jotunheimen

Beitostølen

Von Fagernes kommend, steigt die Str. 51 Richtung Norden langsam, aber stetig an, bis bei Beitostølen die Baumgrenze und der Südrand des Jotunheimen erreicht wird. Die weitläufige Hüttensiedlung Beitostølen ist im Sommer ein guter Ausgangspunkt für Wanderungen

JOTUNHEIMEN ERLEBEN



BEITOSTØLEN RESORT
An der Hauptstraße,
2953 Beitostølen
Tel. 61 35 10 00
www.beitostolen.com

VISIT JOTUNHEIMEN
Sognefjellsvegen 17, 2686 Lom
Tel. 61 21 29 90
www.visitjotunheimen.no

ANREISE
Eine der schönsten Straßen Norwegens verläuft durch Jotunheimen: Die Str. 51 führt von Fagernes über die Valdresflya bis zur E 15 in der Nähe des kleinen Ortes Vågåmo und endet an der E 15 bei Lom. Im Winter sind die Hochgebirgsabschnitte gesperrt.



Im Fossheim Steinsenter am Ortsrand von Lom in Richtung Vågå können Sie eine große Mineraliensammlung besichtigen und im Laden Schmuck und Mineralien kaufen (im Sommer tgl. geöffnet 10 – 18, in der Nebensaison bis 16 Uhr, Tel. 61 21 14 60, www.fossheimstein senter.no).



FOSSHEIM HOTELL €€€
Die einstige Postkutschenstation wurde bereits 1897 in ein luxuriöses Hotel verwandelt. Seit Langem bereiten ausgezeichnete Küchenchefs verschiedene Menüs von traditionell norwegisch bis zum edlen 6-Gänge-Menü zu. Hoteldirektor und Weinliebhaber Svein Garmo führt das Haus, in dem man auch gepflegt übernachten kann, bereits in der vierten Generation.
Bergomsvegen 32, Lom
Tel. 61 21 95 00
www.fossheimhotel.no



ELVESETER HOTEL €€€
Die Anlage des Elveseter Hotels neben der Sagasäule erinnert an ein typisches Berggehöft aus früheren Zeiten. Eine besondere Atmosphäre bietet der stilvoll mit Antiquitäten eingerichtete Eingangsbereich. Gemälde u. a. von Adolf Tidemandt und alte Möbel mit Rosenmalerei versprühen einen musealen Charakter (Mitte Mai – Sept.).
Sognefellsvegen, Bøverdalen
Tel. 61 21 99 00
www.elveseter.no

im Gebirge, im Winter ein bekannter Wintersportort mit familienfreundlichen Abfahrtshängen. Skilangläufer finden hier ein einmaliges Gebiet mit gut präparierten Loipen, von denen einige bis weit ins Hochgebirge hineinführen. Schon vom Ort aus ist das markante **Bitihorn** zu sehen (1608 m), dessen Gipfel auf einem Wanderweg, der einige Kilometer nördlich von Beitostølen direkt an der Straße beginnt, in drei bis vier Stunden zu erreichen ist.

Karg, flach, faszinierend

Valdresflya

Nach Beitostølen steigt die Straße weiter an, passiert die Seen Bygdin und Vinstri und erreicht ihren höchsten Punkt auf der Valdres-



Geschichte zum Anfassen: Die Sagasäule von Elveseter beginnt ihre Chronik im Jahr 872 n. Chr.

flya. Die flache, sehr karge Hochebene bildet eienn ungemein faszinierenden Kontrast zu alpinen Gipfeln der Umgebung. Bevor man zum Gjende-See kommt, bietet sich bei Vargbakken (ca. 3 km südl. von Maurvangen) die Möglichkeit, in einer Halbtagestour die Knutshø zu besteigen. Ob die **Knutshø** nun exponierter als der Besseggen ist, mag dahingestellt sein, der Grat ist jedenfalls schmaler und die Aussicht von oben einfach grandios. Es gibt sogar einige, die meinen, dass Peer Gynt seinen Ritt nicht über den Besseggen, sondern über den Knutshøgrat gemacht hat.

Einer der schönsten Seen Norwegens



Gjende-See

Der rund 20 km lange, aber nur einen Kilometer breite Gjende-See zählt zu den schönsten Seen Norwegens. Ausgehobelt von den Gletschern der letzten Eiszeit, verzückt er heute mit seiner intensiv blaugrünen Farbe und der steilen Bergwände, die ihn um bis zu 1300 m überragen. Die drei **Berghütten** an seinem Ufer (Gjendesheim, Memurubu und Gjendebu) sowie der Campingplatz in Maurvangen an der Str. 51 zählen zu den meistbesuchten Orten Jotunheimens.

Auf den Spuren des sagenhaften Peer Gynt

★ Besseggen

Viele Norweger kommen Jahr für Jahr, um den »Sensengrat« zu erklimmen. Henrik Ibsen nahm sich die Freiheit, den Besseggen zum Höllenritt zu stilisieren. Ausgangspunkt für diese spektakuläre, sechsstündige Tour, die atemberaubende Aussichten bietet, ist **Gjendesheim**. Mit dem **Schiff** geht es zunächst in 35 Minuten über den Gjende-See zu der bewirtschafteten Hütte nach **Memurubu**. Von der Anlegestelle beginnt dann sofort der steile Aufstieg. Kurz nach der Weggabelung nach Glitterheim führt der Weg am Südufer eines kleinen Teiches zum See Bjørnbøltjørna (Bärennest-Pfütze). Es folgt ein kurzer Abstieg über einen schmalen Pfad, der zum See **Bessvatnet** führt. Bandet heißt die nur ca. 50 m breite Landverbindung zwischen dem fast schwarzen Bessvatnet und dem ca. 400 m tiefer gelegenen, blaugrünen Gjende (984 m ü. d. M.).
Über einen ersten schmalen Grat beginnt der steile **Anstieg am Besseggen**, bei dem man schon mal die Hände zu Hilfe nehmen muss, bis man die höchste Stelle mit dem riesigen Steinmännchen erreicht hat. Bevor man den relativ leichten Abstieg nach Gjendesheim in Angriff nimmt, muss man noch ein gutes Stück über den breiten Bergrücken des **Veslefjell** gehen.

Unterwegs auf dem Sognefjellvegen

Atemberaubende Strecke, grandiose Aussichten

Von Skjolden ins Leirdal

Die Str. 55 schlängelt sich vom Lustrafjord über Skjolden auf das Sognefjell. Es ist die höchste Passstraße Norwegens, eine atemberaubende Strecke durchs Gebirge, die oft noch bis in den Juni hinein von meterhohen Schneewänden gesäumt wird. Vom **Turtagrø Hotel** hat man einen grandiosen Blick auf Tal, Fjord und die Spitzen des Hurrungane. Das Hotel ist ein guter Ausgangspunkt für **Wanderungen** zum Skagastølstind, Dyrhaugstind oder Austabotntind. Folgt man der Hauptstraße, dem Sognefjellvegen, geht es weiter stetig bergan bis zum höchsten Punkt bei der **Sognefjellhytta** (1434 m). Eine kühne Konstruktion aus Holz und Glas als 2015 eingeweihter Erweiterungsbau macht die Hütte zm architektonischen Highlight auf der Route. Das Panorama beiderseits der Straße beeindruckt: eine

hochalpine Landschaft mit gezackten Gipfeln, Schneefeldern, die bis weit in den Sommer ausharren, und einigen kleineren Gletschern. Das Sognefjell besitzt ein kleines Sommerskigebiet, Langlaufskier kann man sich in den Berghütten entlang der Straße ausleihen. An den Parkplätzen beginnen markierte Wanderrouten, lohnend sind Tagesausflüge, aber auch längere Touren. Nach der Sognefjellhytta führt die Straße langsam, aber stetig bergab, hinein ins **Leirdal**. Rechter Hand zweigen nun kurz hintereinander drei mautpflichtige Stichstraßen nach **Leirvassbu, Juvasshytta** und **Spiterstulen** ab. Am Ende jeder Straße gibt es jeweils eine Berghütte, die sich hervorragend als Standquartier für Wanderungen im zentralen Jotunheimen eignet.

Die höchsten Berge Norwegens



Galdhøppigen, Glittertind

Wählt man **Spiterstulen** als Ausgangspunkt, das im Tal zwischen Galdhøppigen und Glittertind liegt, kann man die beiden höchsten Berge Norwegens besteigen. Allerdings sind bis zum Galdhøppigen rund 1400 Höhenmeter auf einem steilen Weg zu überwinden. Auch der Weg auf den Glittertind ist anstrengend, je nach Kondition sollte man sieben bis neun Stunden veranschlagen. Der beste Ausgangspunkt zur Besteigung des Galdhøppigen ist die **Juvasshytta**. Zwar sind Auf- und Abstieg zum Gipfel einfach und dauern nur 3 bis 4 Std., trotzdem sollte man sich unbedingt den täglich startenden, geführten Touren anschließen, da der Weg teils über den von Spalten durchzogenen Svellnosbre führt.

Reise durch Norwegens Geschichte

Sagasäule

Kurz vor der Abzweigung zur Juvasshytta sieht man links beim Elveseter Hotel die 33 m hoch aufragende Sagasäule. Sie bietet einen Querschnitt durch die norwegische Geschichte, beginnend mit dem ersten vereinigten Reich 872 bis zur Reichsversammlung 1814. Entworfen wurde die Säule von Wilhelm Rasmussen 1925 und sollte eigentlich vor dem Osloer Storting platziert werden.

Nicht gar so nüchtern

Lom

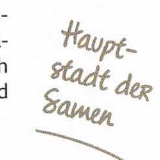
Der Sognefjellvegen endet schließlich in Lom, dem touristischen Zentrum im nördlichen Jotunheimen. Dieser Ort hebt sich wegen der vielen dunklen Holzhäuser wohltuend von vielen anderen nüchternen Orten ab. Seine größte Sehenswürdigkeit ist die 800 Jahre alte **Stabkirche** vom Basilikatyp, deren Chorbogen und Kanzel (1793) von dem Holzschnitzer Jakob Sæterdalen stammen. Nur wenige Schritte entfernt liegt das **Norwegische Gebirgsmuseum** (Norsk Fjellmuseet), das sehr anschaulich über die norwegischen Fjells informiert.

Norsk Fjellmuseet: Brubakken 2 | Mitte Mai – Mitte Juni u. Mitte Aug.– Mitte Okt. Mo. – Fr. 9 – 16, Sa./So. 10 – 15, Mitte Juni – Mitte Aug. Mo. – Fr. 9 – 19, Sa./So. 9 – 17 Uhr | Eintritt: 130/85 NOK | www.norskfjellsenter.no

KARASJOK · KÁRÁŠJOHKA

Gebiet: Nordnorwegen | **Einwohnerzahl:** 2600

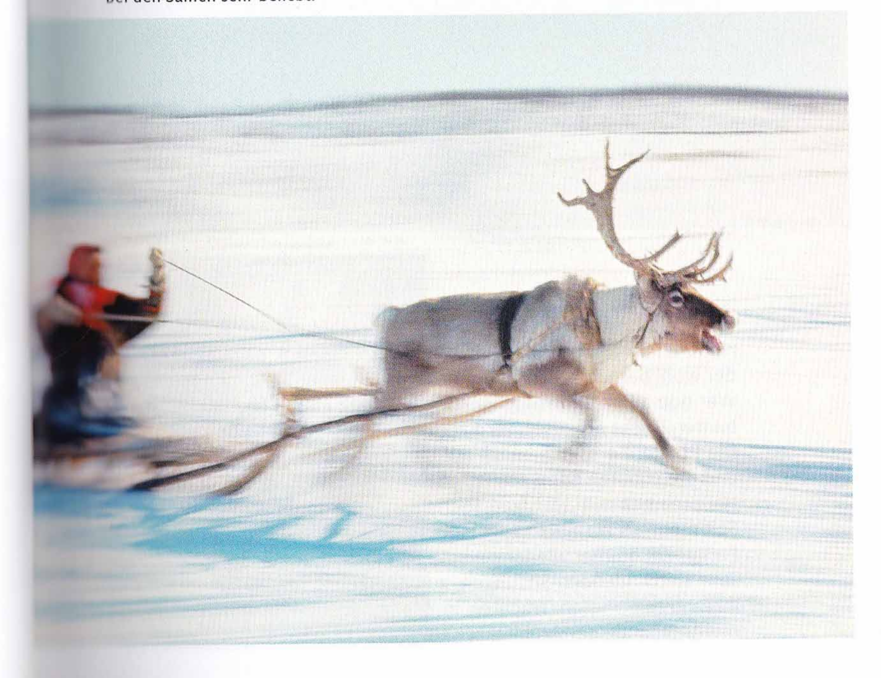
Für die Samen ist Karasjok bzw. Kárášjohka – offiziell zweisprachig – eines ihrer wichtigsten kulturellen Zentren: Hier haben sie ihre eigene Zeitung, ein Radioprogramm und das Parlament. Touristen bekommen im Themenpark Sápmi einen anschaulichen Eindruck vom Leben der Samen im hohen Norden vermittelt.



Hauptstadt der Samen

Die samische Musikerin Marie Boine ist in Karasjok geboren und inzwischen weltweit bekannt. Sie hat mit zahlreichen Platten und Konzerten dafür gesorgt, dass der **»Joik«**, der typische Gesang der Samen, ein Begriff nicht nur in der Weltmusik geworden ist. Durch ihren Fusion-Stil, der den Joik mit Musikformen aus Jazz, Rock und

Die Formel 1 im hohen Norden? Rentierschlittenrennen sind zumindest bei den Samen sehr beliebt.



KARASJOK ERLEBEN



KARASJOK TURISTINFORMASJON

Porsangerveien 1, 9735
Kárášjohka/Karasjok
Tel. 78 46 88 00
www.visitsapmi.no/no/karasjok



Die Touristinformation vermittelt unter anderem Bootsausflüge auf dem Kárášjohka, Ausflüge zu Samensiedlungen, Hundeschlittenfahrten und Touren mit dem Motorschlitten im Winter, Goldwaschkurse und Angeltouren zu den weltbekannten Angelplätzen für Lachse beim Zusammenfluss von Kárášjohka und Anarjohka-Fluss.
Musher Sven Engholm hat elf Mal das längste Hundeschlittenrennen Europas gewonnen und das legendäre »Iditarod« in Alaska unter den zehn Besten beendet. Rund 50 Schlittenhunde leben auf seinem Anwesen. Gäste wohnen in urigen **Blockhütten** und können mit einem **Hundegespann** auf Tour gehen.
6 km von Karasjok
Tel. 91 58 66 25, www.engholm.no



STORGAMMEN €€€€

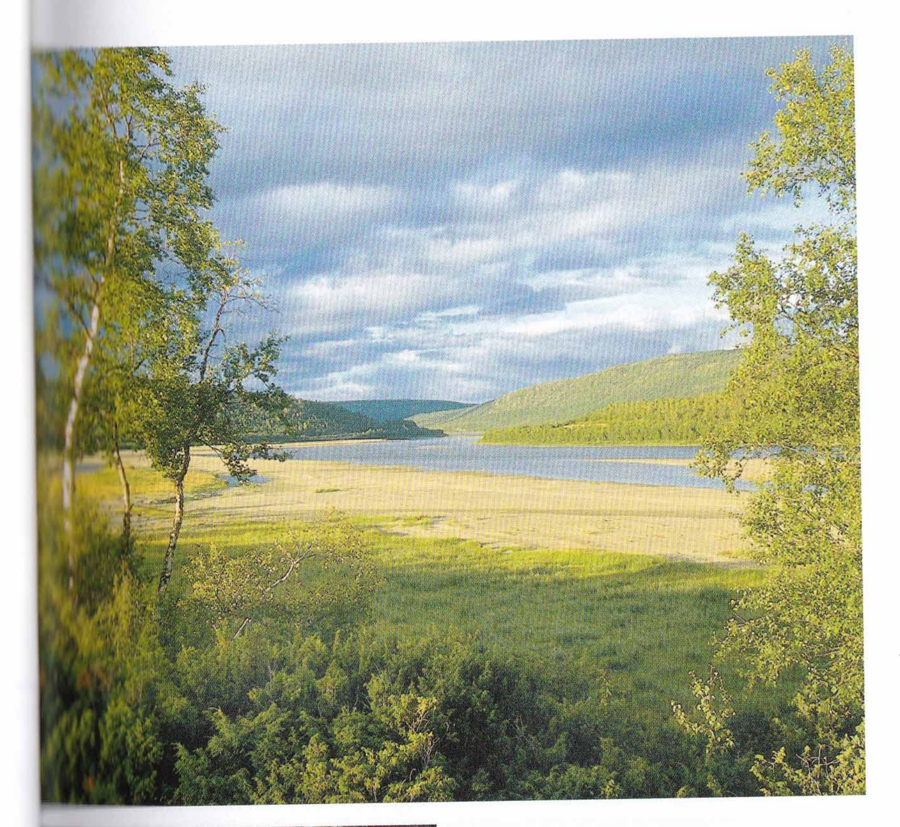
Ein besonderes Erlebnis: Das Restaurant befindet sich in einer originalgetreuen Kopie einer samischen Erdhütte mit offener Feuerstelle, an der die Gerichte nach uralten samischen Rezepten zubereitet werden. Im schummrigen Licht der Erdhütte sitzt man auf Rentierfellen und bekommt Bidos (Rentiereintopf) und geräucherte Rentierherzen serviert.
Leavnnjageaidnu 49
Tel. 78 46 88 60
www.scandichotels.no



SCANDIC KARASJOK €€€€

Das Hotel bietet jeden modernen Komfort. Die Innenarchitektur und auch die Zimmer sind stark von der samischen Kultur inspiriert.
Leavnnjageaidnu 49
Tel. 78 46 88 60
www.scandichotels.no

Folk verschmilzt, hat sie eine ganz eigene Musik kreiert. So ist es nicht verwunderlich, dass eine Straße in Karasjok nach Mari Boine, der wohl bekanntesten Botschafterin samischer Kultur, benannt ist. Wer nun allerorts Samifolklore mit Rentierherden und Menschen in bunter Tracht erwartet, wird zumindest im Sommer enttäuscht sein. Die Rentiere grasen nämlich auf den Sommerweiden in Küstennähe, und die meisten Sami schlüpfen nur in ihre Tracht, um entlang der Hauptrouten zum Nordkap Touristen ihre Produkte zu verkaufen.
Seit mehr als 25 Jahren tagt in Karasjok das **Sameting**, das samische Parlament. Immer wieder ein besonderes Erlebnis sind die viermal im Jahr stattfindenden Sitzungen, zu denen die Sami-Parlamentarier in ihren traditionellen Trachten in das im Jahr 2000 eröffnete Parlamentsgebäude der Architekten Halvorsen und Sundby einziehen.





OBEN: Zarte Farben und mildes Licht überziehen das Land der Samen bei Karasjok.
UNTEN: Tradition und Moderne im Einklang – dies gilt auch beim Anfertigen samischer Kleidung.

Wohin in Karasjok?

Karasjok

Die Häuser von Karasjok verteilen sich ohne klar definierten Ortskern am Ufer des **Kárášjohka-Flusses**. Die neue Kirche an der Brücke wirkt wie eine große Kåte. Sie wurde 1974 als schlichte Holzkonstruktion errichtet. Ebenso wie die Predigt in zwei Sprachen gehalten wird, sind auch die Gesangbücher auf Norwegisch und Samisch. Wegen der Lage im Inland sind hier die **Temperaturunterschiede** extrem: Am 1. Januar 1886 wurde in Karasjok mit -51,4 °C die tiefste jemals in Norwegen gemessene Temperatur registriert, während das Thermometer an warmen Sommertagen durchaus auf 30 °C steigen kann. Dann fühlen sich auch die Mücken besonders wohl und können zu einer echten Plage werden.

Über die skandinavischen Ureinwohner

Riddo-Duottar-Museum

Das Riddo-Duottar-Museums ist dei größte Sammlung zur Kultur der Samen in Norwegen und bietet einen sehr guten Einblick in die Kultur und Geschichte der skandinavischen Ureinwohner mit Trachten, Wohnstätten und samischer Gebrauchskunst aus einer Messerschmiede und einer Silberschmiede.

Mari Boine geaidnu 17 | Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 9 – 18, Sept. bis Mai Di. – Fr. 9 – 15 Uhr | Eintritt: 90 NOK, bis 15 J. frei | https://rdm.no

»Land der Samen«

Sápmi Park

Ebenfalls der Geschichte und Kultur der Samen gewidmet ist der Sápmi Park oder »Land der Samen«. In einem **traditionellen Sommer- und Winterwohnplatz** kann man einer samischen Familie beim Verrichten ihrer Tagesarbeit zusehen. Eine unterhaltsame Vorführung im magischen Theater Stálubákti entführt den Zuschauer in die samische Mythologie, während man in einer großen Erdhütte samische Spezialitäten probieren kann.

Leavnnjageaidnu 1 | Juni – Aug. tgl. 9 – 16, Mitte Juni – Mitte Aug. bis 19, sonst Mo. – Fr. 9 – 16, Sa. 11 – 15 Uhr | Eintritt: 195/145 NOK | www.visitsapmi.no

Kunsthandwerk und Küche der Samen

Samenzentrum

Im Samenzentrum befinden sich außer der Touristinformation eine Verkaufsausstellung mit vorzüglichem samischem Kunsthandwerk und ein Restaurant, in dem man samische Gerichte probieren kann.

Älteste evangelische Kirche der Finnmark

Karasjok gamle kirke

Gegenüber steht die **Kirche** von Karasjok aus dem Jahr 1807. Sie blieb beim Rückzug der deutschen Truppen im Zweiten Weltkrieg als einziges Bauwerk der Stadt unversehrt.

Rund um Karasjok

Erst Samen, dann Finnen, dann Norweger

Tanaelv

Von Karasjok kann man durch die mit Seen gesprenkelte, menschenleere Finnmark in Richtung Westen nach Kautokeino weiterfahren, oder man nimmt die E 6 in Richtung Norden durch das Tanatal. Am Westufer des Tanaelv führt die Straße vorbei an den Stromschnellen Ailestrykene, die sich über mehrere Kilometer erstrecken. Das Tanatal war zunächst ausschließlich von Samen bewohnt, erst zwischen 1730 und 1740 tauchten die ersten finnischen Siedler auf. Die norwegische Besiedlung begann Ende des 18. Jahrhunderts.

Zuflucht seltener Tiere

Øvre-Anarjåkka-Nationalpark

Der Øvre-Anarjåkka-Nationalpark, südlich von Karasjok und Kautokeino an der Grenze zu Finnland gelegen, ist das größte Naturschutzgebiet Nordnorwegens und grenzt an den finnischen Lemmenjoki-Nationalpark. Wegen ausgedehnter Moorgebiete, des Fehlens jeglicher touristischer Infrastruktur und der abgeschiedenen Lage bildet das Gebiet ein Refugium für seltene Tiere wie Bären, Wölfe, Luchse, Vielfraße und Königsadler.

KAUTOKEINO / GUOVDAGEAIDNU

Gebiet: Nordnorwegen | **Einwohnerzahl:** 3000



Finnmark, das Land der Samen, ist die größte und am dünnsten besiedelte Provinz Norwegens – und Kautokeino wiederum die größte und am dünnsten besiedelte Gemeinde inmitten eines riesigen Wildnisgebiets. Mit ziemlicher Sicherheit sieht man in dieser samischen Hochburg noch die traditionelle blau-rote Tracht als Alltagskleidung. Wer zu Ostern kommt, kann an den bunten Feierlichkeiten teilnehmen, Höhepunkt ist der Sami-Grand-Prix.

Samische Hochburg

Kautokeino ist ein relativ junger Ort, denn bis ins 17. Jh. lebten die meisten Samen noch halbnomadisch und zogen mit ihren Rentieren umher. Im Zuge der Christianisierung ließen sich die ersten Samen dort nieder, wo sich jetzt das Freilichtmuseum befindet. Heute gruppieren sich die bunten Häuser an der Biegung des breiten Kautokeinoelva. Um den kleinen Ort breitet sich meilenweit die menschenleere **Finnmarksvidda** aus, auf der im Winter rund 100 000 Rentiere wei-

IM RHYTHMUS DER RENTIERE

BAEDEKER WISSEN

Die Samen, die die Bezeichnung »Lappen« nicht gerne hören, leben in einer Region, die von Norwegen bis zur russischen Halbinsel Kola reicht. Ihre Heimat nennen sie Sameland oder Sápmi. Nur noch eine Minderheit betreibt die Rentierzucht als Haupterwerb. Diese aber passt ihr Leben dem Rhythmus der halbwilden Tiere an und folgt ihren Wanderungen – immer öfter mit Motorschlitten, Wohnwagen und Schlachtanlagen.

▶ Wanderrouten der Rentierherden

Frühlingswinter: Herde zieht zu den Kalbungsplätzen
Frühling: Errichtung eines festen Lagers
Frühlingssommer: Geburt der Kälber. Herde zieht auf die höher gelegenen Sommerweiden.
Sommer: Markierung der Neugeborenen
Herbstsommer: Schlachtung; Aussortierung fremder Tiere
Herbst: Herde zieht zu den Paarungsplätzen
Herbstwinter: Herde zieht zu den Winterweiden in den Waldregionen
Winter: Winterlager. Früher in »Gammen«, heute meist in festen Unterkünften

NORWEGEN
RUSSLAND
FINNLAND
SCHWEDEN

▶ Bevölkerungsanteil der Samen

Schweden	Norwegen	Finnland	Russland
15 000 bis 36 000	40 000 bis 60 000	ca. 9350	ca. 1990

▶ Traditionelle Behausungen

»Gamme«
Gebogene Birkenstäbe werden mit Torf, Holz und Birkenrinde bedeckt, die im Lauf der Jahre mit Moos und Gras bewachsen. Bei guter Instandhaltung kann die Gamme mindestens 60 Jahre bewohnt werden.

»Lavvu«
Birkenstämme dienen als Zeltstangen, Felle oder gewebte Wollteppiche als Zeltplane. Diese Zelte eignen sich besonders für das nomadische Leben, da sie rasch auf- und wieder abgebaut werden können.

▶ Verwendung des Geweihs

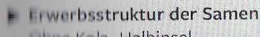
Messergriffe
Löffelgriffe

▶ Das Geweih
Rentiere sind die einzigen Hirsche, bei denen beide Geschlechter ein Geweih tragen. Bullen werfen ihr Geweih im Herbst ab, Kühe im Frühjahr. Die Samen verarbeiten Teile des Geweihs zu diversen Griffen: Die harten Bestandteile eignen sich für Messer-, die weicheren für Löffelgriffe.

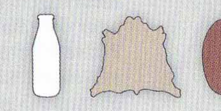
▶ Wild- oder Haustier?
Rentiere sind bis heute die einzige zumindest teildomestizierte Hirschart. Allein in Sápmi leben rund 500 000 Tiere in der Obhut der Samen.

▶ Erwerbsstruktur der Samen
Ohne Kola-Halbinsel

Anteil	Bereich
10 %	Landwirtschaft
12 %	Tourismus
12 %	Andere
15 %	Rentierzucht im Haupterwerb
23 %	Forstwirtschaft
28 %	Jagd, Fischfang, Kunsthandwerk und Rentierwirtschaft im Nebenerwerb



▶ Rentiere als Wirtschaftsfaktor
Bis heute sind Rentierprodukte in den skandinavischen Ländern sehr begehrt. Vor allem die Milch, das Fell und das magere Fleisch erzielen hohe Preise.



KAUTOKEINO ERLEBEN



KAUTOKEINO TURISTINFORMASJON
Bredbuktnesveien
69520 Kautokeino
Tel. 78 48 65 00
www.guovdageainnu.suohkan.no



Kautokeino offeriert nicht nur im Sommer ein großes Freizeitangebot für Wanderer, Kanufahrer und Reiter, sondern auch im Winter, wenn die Fahrten mit Rentier- oder Hundeschlitten sowie mit Schneescootern Gäste anlocken. Ein unvergessliches Erlebnis sind auch Fahrten mit einem traditionellen **Flussboot** auf dem Kautokeino-Fluss (Details bei der Touristinformation).



Das **Osterfestival** ist eine einmalige Gelegenheit, die Kultur der Sami in ihrer ganzen Bandbreite kennenzulernen. Denn auf dem Programm stehen nicht nur Trachtengruppen und das spektakuläre Rentierrennen, auch Film und Musik von tradtionell bis Sami-Rock werden geboten.



Toller Silberschmuck: Traditionellen Schmuck der Finnmark bekommen Sie in **Juhls' Silvergallery** (2 km von Kautokeino entfernt, Tel. 78 48 43 30, www.juhls.no, tgl. 10 – 17, Juli bis Mitte Aug. bis 18 Uhr).



THON HOTEL KAUTOKEINO
€€€-€€€€
Viel mehr Möglichkeiten, gut zu essen und zu übernachten, gibt es nicht in Kautokeino; in ein oder zwei Cafés oder Pubs im Ort können Sie etwas trinken. Aber das zentral gelegene, schmucke Hotel mit der geschwungenen Holzfassade ist in jedem Fall eine gute Wahl. Es bietet komfortable, freundlich eingerichtete Zimmer und das farbenfrohe Restaurant Douattar, in dem Sie norwegische und samische Spezialitäten probieren können.
Biedjovággeluodda 2
Tel. 78 48 70 00
www.thonhotels.no

den. Offiziell ist Guovdageaidnu, so der samische Name von Kautokeino, zwar zweisprachig, doch Alltagssprache ist für fast alle Bewohner Samisch. Nirgendwo sonst im Norden Skandinaviens lassen sich so viele samische Lebensformen wie hier beobachten.
Höhepunkt des Jahres sind die Osterfeierlichkeiten, wenn die Menschen von weit her kommen, um zu heiraten, um an der **Weltmeisterschaft im Rentierrennen** und im Lassowerfen teilzunehmen oder dem **Sami-Grand-Prix** zu lauschen. Die Rentierrennen finden in zwei Disziplinen statt: Auf Skiern hinter dem Tier oder bäuchlings auf einem Schlitten. Der Musikwettbewerb Sami-Grand-Prix wird ebenfalls in zwei Disziplinen – Pop und Joik – ausgetragen.
Neben der Rentierzucht spielt mittlerweile auch der Tourismus eine wichtige Rolle, denn Besucher können praktisch das ganze Jahr über

an Aktivitäten teilnehmen, von denen viele Einblicke in die samische Lebensweise bieten. Neben Wanderungen, Kanutouren oder Pferdetrekkings werden auch Rentiersafaries und -schlittenfahrten, Schneescooter- und Hundeschlittenausflüge angeboten.
Zur samischen Kultur gehört auch die **Silberschmiedekunst**, die man in Kautokeino an mehreren Orten bewundern kann. Am bekanntesten ist Juhls' Silvergallery, die 1959 von Frank und Regine Juhls gegründet wurde. Nicht nur der Schmuck überzeugt durch ausgefallenes Design, auch wegen seiner Architektur lohnt das Gebäude einen Besuch.

Wohin in Kautokeino?

Über die Lebensweise der Samen
Guovdageainnu Gilisillju
Sehenswert ist vor allem das **Freilichtmuseum,** eine traditionelle Samensiedlung mit diversen älteren Gebäuden, die einen hervorragenden Eindruck von der Lebensweise der Samen vor einem Jahrhundert vermitteln. Die vielfältigen Exponate zeigen, mit welchem Geschick die Samen verschiedene Gegenstände des Alltags und Schmuck herzustellen wussten.
Boaronjárga 23 | Mitte Juni – Mitte Aug. Mo. - Sa. 9 – 18, So. 12 – 18, Mitte Aug. - Sept. Mo. – Fr. 9 – 18, Sa./So. 12 – 18, sonst Mi., Do. 9 – 15 Uhr | Eintritt: 50 NOK | http://rdm.no

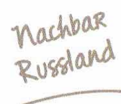
Bibliothek, Theater, Kultur und Bildung
Samisches Kulturzentrum
In dem architektonisch interessanten Kulturhaus, das an ein samisches Zelt erinnert, ist das **Institut der Nordischen Samen** (Nordisk Samisk Institutt) samt Bibliothek und Theater untergebracht. Hier erhält man Informationsmaterial zur Kultur der Samen. Es gibt auch eine samische Hochschule für die Lehrerausbildung und eine Berufsschule für Rentierwirtschaft.

KIRKENES

Gebiet: Nordnorwegen | **Einwohnerzahl:** 3450



Ein Ort am Ende der Welt. Hier machen die Schiffe der Hurtigruten nach einem kurzen Aufenthalt wieder kehrt, und auch auf der E 6 geht es nicht mehr weiter. Doch hier oben an er Grenze zu Russland ist der ehemals Eiserne Vorhang schon lange löchrig, und der kleine Grenzverkehr macht Kirkenes zu einer aufstrebenden Stadt am äußersten Ende Europas.



Die norwegische Hafen- und Industriestadt Kirkenes liegt an der Südseite des Varangerfjords – und nur 150 km vom **russischen Murmansk** entfernt, das im Zweiten Weltkrieg der einzige eisfreie Hafen Russlands war. Die Deutschen griffen Murmansk von Kirkenes aus immer wieder an, die Russen schlugen zurück: 1000 Fliegeralarme und 328 Luftangriffe machten Kirkenes zur meistbombardierten Stadt Norwegens. Was dem Bombenhagel standhielt, verbrannten – abgesehen von 20 Gebäuden – die Deutschen bei ihrem Rückzug.

Erdöl statt Erz

Wirtschaft

Kirkenes war ursprünglich ein Hafen zur Verschiffung des 11 km südlich am See Bjørnevatn geförderten Eisenerzes. Inzwischen haben Rationalisierungsmaßnahmen in der Stadt an der Grenze zu Russland zum Verlust von mehr als 1000 Arbeitsplätzen geführt. Die Bjørnevatn-Gruben wurden 1996 stillgelegt. Nun setzt die Stadtverwaltung auf den wachsenden Handel mit Russland sowie auf Erdölförderung in der Barentssee. In den Docks der norwegischen Kværner-Werft liegen vor allem russische Schiffe zur Überholung.
Die russische Grenze mit dem Grenzposten Storskog verläuft nur wenige Kilometer vom Stadtzentrum entfernt, und seit der Öffnung der Grenzen nach Osten hat sich unweit des Hafens der sogenannte **Russenmarkt** etabliert. Was sich die Stadtverwaltung in puncto verbesserte Handelsbeziehungen zu Russland im großen Stil erhofft, funktioniert hier im Kleinen schon längst perfekt: Die Russen versorgen die Norweger mit billigen Zigaretten und mit Wodka. Im Gegenzug erhalten sie von ihren norwegischen Nachbarn westliche Konsumgüter.

Wohin in Kirkenes und Umgebung?

Überleben in kalten Katakomben

Andersgrotta

Die wenigen Touristen in Kirkenes sind in der Regel Passagiere auf den Schiffen der Hurtigruten. Besuchen kann man die **ehemalige Grube** Andersgrotta direkt unterhalb des Stadtzentrums. In den kalten Katakomben, wo die meisten Bewohner den Zweiten Weltkrieg überlebten, vermittelt ein Film auf einer großen Leinwand die Schrecken des Krieges. Führungen sind auf Anfrage beim Touristenbüro möglich.

Angeln und Kanufahren

Øvre-Pasvik-Nationalpark

In der Umgebung von Kirkenes ist Flussangeln in den Wildwassern von Karpelva, Klokkerelva, Munkelva und Neidenelva möglich, ferner Meeresangeln und Kanufahren. Überdies bietet sich eine Exkursion durch das Pasviktal in den Øvre-Pasvik-Nationalpark an, der am Ende des 120 km langen, waldreichen Pasviktals zwischen Finnland und Russland liegt. Seine urwaldartigen Kiefernwälder sind der westlichs-

KIRKENES ERLEBEN



KIRKENES TURISTINFORMASJON
Sør-Varanger Bibliotek
Dr. Wessels gate 18
9915 Kirkenes
Tel. 78 97 17 77
www.visitkirkenes.no

MITTERNACHTSSONNE
20. Mai – 20. Juli



Ein Höhepunkt jeder Norwegenreise ist eine **Königskrabbensafari** in Kirkenes. Das riesige Meerestier lebt erst seit einigen Jahrzehnten in dieser Gegend. Zu seinem Unglück, denn es schmeckt köstlich. Königskrabbensafaris gibt es im Sommer (mit dem Boot bis zur russischen Grenze) und im Winter (mit dem Schneemobil); 3 bis 3,5 Std., ab 1650 NOK inklusive Verzehr der Krabben mit Weinbegleitung (www.barentssafari.no).



Das grenzüberschreitende **Barentsspektakel** findet jährlich Ende Januar/Anfang Februar statt. An 4 – 5 Tagen gibt es Musik, Theater, Lesungen, Performances, Kunst und Seminare – das meiste mit Bezug zu dieser nördlichen Grenzregion (www.barentsspektakel.no).



❶ ARCTIC RESTAURANT
€€-€€€

Die Küche serviert eine gute Auswahl an typisch norwegischen Gerichten, die deutlich von dieser nördlichen Region inspiriert sind. Vor allem die Fischgerichte sind fein.
Kongensgaten 1 - 3
Tel. 78 99 59 00
www.scandichotels.com

❷ THON HOTEL KIRKENES
€€-€€€

Nüchtern wie der Norden ist das Thon Hotel Kirkenes. So auch das Restaurant mit Blick aufs Wasser. Die norwegische Küche ist von solider Qualität.
Johan Knudtzens gate 11
Tel. 78 97 10 50
www.thonhotels.no

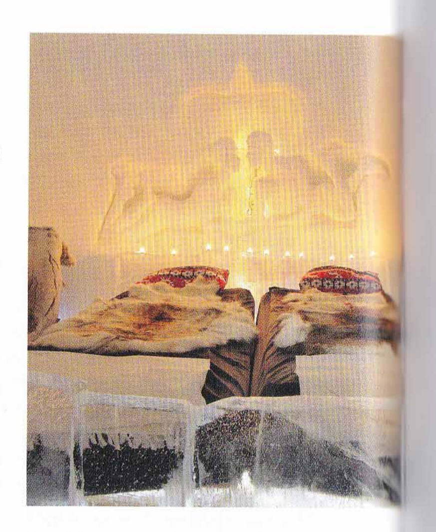
❸ BINGEN €€€-€€€€

Königskrabben – na klar. Die stehen immer auf der Speisekarte des schönen Restaurants, das zum Kirkenes Schneehotel in Bjørnevatn (s.u.) gehört. Das Hotel besitzt noch zwei weitere Restaurants: in demselben Haus, einer umgebauten Scheune, das Fjøset, und draußen das Gabba, das einem Lavvu nachempfunden ist, wo Sie sich wie bei den Samen zu Hause fühlen können.
Sandnesdalen 14, Bjørnevatn
Tel. 78 97 05 40
www.snowhotelkirkenes.com



❷ KIRKENES SNOWHOTEL
€€€€

Jedes Jahr öffnet von Dezember bis in den April das Schneehotel seine Türen. Die ca. 20 Räume sind ganz aus Eis, prächtig geschmückt mit Eisskulpturen (s. Bild oben). Man schläft auf Rentierfellen und kann in



der Eisbar einen Absacker trinken. Im Preis inkludiert sind der Transfer von Kirkenes, Frühstück, Sauna und ein 3-Gänge-Dinner. Wem das doch zu eisig ist, kann eine der wunderschönen und sehr komfortabel eingerichteten Hütten für zwei Personen mieten. Sie sind den »gamme«, traditionellen Fischer- und Jägerhütten der Finnmark, nachempfunden.
Sandnesdalen 14, Bjørnevatn
Tel. 78 97 05 40
www.snowhotelkirkenes.com

❶ BIRK HUSKY €€

30 km südl. von Kirkenes liegt in Sichtweite der russischen Grenze das Birk Husky Resort. Gebucht werden können u. a. Tages- oder zweitägige Touren mit dem Hundeschlitten, geschlafen wird in einfachen Hütten. Die sind auch zu mieten, ebenso das Gästehaus mit 7 Zimmern. Lokales Essen gibt es im Lavvu oder im Wikinger-Langhaus. Überraschend in der Wildnis: Es gibt WiFi.
Melkefoss, Svanvik
Tel. 90 97 82 48
www.birkhusky.no

te Ausläufer der sibirischen Taiga. Ein Viertel des Nationalparks sind Wasserflächen. Ein einziges zusammenhängendes Wasserlabyrinth bilden die Seen Ellenvatnet, Parvatnet, Skinnposevatnet, Grenseparvatnet und Dagvatnet. In dem Nationalpark leben noch Luchse, Bären und Vielfraße. Hier sind Vögel anzutreffen, die eigentlich eher in Sibirien beheimatet sind, wie der Bartkauz, auch Auerhahn, Fischadler und Singschwäne kommen vor.

Rechtzeitig informieren!

Ausflug nach Murmansk

Tagestouren per Schiff oder auf dem Landweg nach Murmansk und auf die Kola-Halbinsel können bei der Touristinformation gebucht werden. Da sich die Visabestimmungen kurzfristig ändern können, sollte man sich rechtzeitig erkundigen. Unter Umständen muss man sich das Russland-Visum schon in Deutschland besorgen. Von Kirkenes fahren Busse in ca. vier Stunden nach Murmansk.

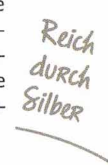
★ KONGSBERG

Gebiet: Ostnorwegen | **Einwohnerzahl:** 23 000

Die Entdeckung der Silbermine am Numedalslågen 1623 und die 1814 gegründete staatliche Waffenfabrik haben Kongsberg reich gemacht. Das stillgelegte Silberbergwerk ist heute Museum, und nach dem Ende der Waffenproduktion hat sich die Stadt zu einem Zentrum für Hochtechnologie entwickelt.



Die zu beiden Seiten des Lågen im südlichen Numedal gelegene alte Grubenstadt Kongsberg – heute vor allem als Jazzstadt bekannt – verdankt ihre Gründung den Silberminen, die wenige Kilometer weiter südlich 1624 in Betrieb genommen wurden. In der zweiten Hälfte des 18. Jh.s waren hier bis zu 4000 Arbeiter, unter ihnen viele deutsche Bergleute, beschäftigt.



Wohin in Kongsberg und Umgebung?

Münzen, Skisport und Silbergruben

Museen

Am Ufer der tosenden Stromschnellen des Lågen ist in den alten Werksgebäuden das **Bergwerkmuseum** untergebracht. Es zeigt u. a. die Sammlung der »Königlichen Münze«, wo man die Herstellung von Silbermünzen seit 1686 verfolgen kann, außerdem gibt es hier ein kleines Skimuseum mit Skiern des berühmten Kongsberger Ski-

sportlers Birger Ruud (1911 – 1998). Die seit 1957 stillgelegten **Silbergruben** können mit einer kleinen Grubenbahn besucht werden, die durch dunkle Gänge (nicht für kleine Kinder geeignet!) 2,3 km in den Berg zur 6 °C kalten Königsgrube hineinfährt. Für Abenteuerlustige: eine dreistündige, 5 km lange Grubenwanderung (Auskunft im Touristenbüro).

Norsk Bergverksmuseum: Hyttegata 3 | Mitte Mai – Aug. tgl. 10 – 17, sonst Di. – So. 12 – 16 Uhr | Eintritt: 120/65 NOK (Museum), 230/120 NOK (Bahn) | www.norsk-bergverksmuseum.no

Kein Gottesdienst, kein Geld


Kongsberg Kirke

Südlich der Stromschnellen thront die mächtige backsteinerne **Kongsberg-Kirche** (1741 – 1761), eine außergewöhnlich ausgestattete Barockkirche mit 2400 Sitzplätzen, die in mehreren Etagen in teilweise Schwindel erregender Höhe angebracht sind. Bevor die Arbeiter in die Gruben gingen, mussten sie sich hier jeden Morgen um fünf Uhr einfinden. Wer nicht zum Gottesdienst kam, bekam kein Geld.

Die einzigartige Einheit von Orgel, Kanzel und Altar ist für norwegische Verhältnisse übermäßig üppig mit Gold und barocken Figuren verziert. Auffallend sind die Logen, so auch die Königsloge, die sich hinter einer hübsch verzierten Fensterfassade versteckt, die eher an norddeutsche Stadthäuser erinnert. Kein Wunder, denn die Architekten der Kirche kamen aus Deutschland.

Eine der meistbesuchten Ausstellungen Norwegens

Modum

In Modum, etwa 50 km nordöstlich von Kongsberg auf dem Weg nach Gol, lohnt sich ein Abstecher zum **Blaufarbenwerk** (Blaafarveværket) das 1776 zur Förderung von Kobalterz errichtet wurde und im 19. Jh. 80 Prozent des weltweiten Bedarfs an diesem blauen Farbpigment herstellte. In den alten Werksgebäuden unterhalb des tosenden Haugefossen werden wunderschöne **kobaltblaue Glas- und Porzellanprodukte** und wechselnde Sommerausstellungen mit Werken berühmter norwegischer und ausländischer Künstler gezeigt – hier befindet sich eine der meistbesuchten Ausstellungen Norwegens.

Blaafarveværket: Koboltveien, Åmot | Mitte Mai – Mitte Sept. Di. bis Sa. 11 – 17, So. bis 18, Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 11 – 17 Uhr | Eintritt: 70 NOK (Direktorenvilla), 179 NOK (Kunstausstellung) | www.blaa.no

Ein 6000 Jahre alter Elch

Helleristninger

Etwa fünf Kilometer südlich vom Zentrum von Drammen befinden sich zwei der schönsten Felsritzungen Südnorwegens: ein vor schätzungsweise rund 6000 Jahren eingravierter Elch (Nordbyveien 49) und diverse andere Figuren (Skogerveien 8).

KONGSBERG ERLEBEN



KONGSBERG TURISTSERVICE
Kirketorget 4, 3616 Kongsberg
Tel. 32 29 90 50
www.kongsberg.no



Das **Jazzfestival** im Sommer hat sich zu einer erstklassigen Attraktion entwickelt und bietet auf mehreren Bühnen in der Stadt vom Feinsten, was die skandinavische und die internationale Jazzszene zu bieten haben.
www.kongsbergjazz.no



PECKELS RESEPT €€€€
In dem gemütlich mit viel Holz eingerichteten Restaurant, benannt nach dem Apotheker Franz Peckel und seinen Rezepten, speist man vorzüglich. Die historischen Bilder an der Wand erzählen Ortsgeschichte (So., Mo. geschl.).
Peckelsgate 12A
Tel. 32 73 25 25
www.peckels.no

OPSAHLGÅRDEN €€€-€€€€
Der Hof steht im alten Teil von Kongsberg in der Nähe der Kirche. Rentierfilet, Entenbrust, Lammcarree oder die wechselnden 3-Gänge-Menüs werden aus erlesenen Rohwaren zubereitet. Schön sitzt man im Sommer im ruhigen Innenhof (So. geschl.). Aufs Dinner einstimmen kann man sich im gemütlichen Christians Kjeller oder im Bryggeripub.
Kirkegata 10
Tel. 32 76 45 00
www.opsahlgarden.no



BEST WESTERN PLUS GYLDENLØVE HOTELL €€€-€€€€
Das von außen mit seiner braunen Ziegelfassade sehr nüchtern wirkende, 1951 errichtete Hotel hat ansprechend eingerichtete Zimmer, die jeden Komfort bieten. Die Lage ist sehr zentral gegenüber dem Bahnhof.
Hermann Foss gate 1
Tel. 32 86 58 00
www.bestwestern.com

Die größte Säulenstabkirche Norwegens


Heddal-Stabkirche

Westlich von Kongsberg und Notodden direkt an der E 134 steht die **Heddal-Stabkirche**. Sie ist die größte Säulenstabkirche Norwegens. Urspünglich aus dem 12. und 13. Jh., wurde sie 1849 – 1851 wiederhergestellt und mehrmals restauriert (▶ Baedeker Wissen, S. 178).

Stabkirchen, eine Draisinenfahrt und schöne Aussichten

Numedal

Fährt man von Kongsberg auf der RV 40 in nordwestlicher Richtung das Numedal hoch, passiert man zunächst kleine Orte wie Flesberg, Rollag und Nore, in denen man Stabkirchen besichtigen kann (die von **Flesberg** wurde im 18. Jh. zur Kreuzkirche umgebaut). Das **Dåsethof-Freilichtmuseum** nördlich von Flesberg mit 21 historischen Gebäuden und das 13 Gebäude umfassende **Rollag-Freilichtmuseum** lohnen einen kurzen Stopp.

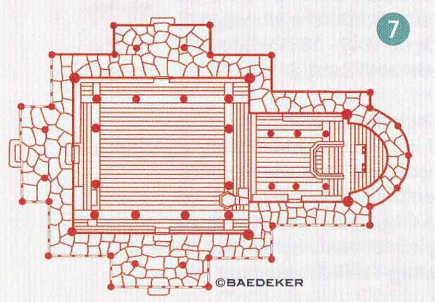
»GOTIK« IN HOLZ

BAEDEKER WISSEN

Der Sage nach soll der Troll Finn, der im Svintruberg bei Heddal lebte, die Kirche in nur drei Tagen erbaut haben. Kunsthistoriker haben an der rechten Seite des Südportals eine Runeninschrift gefunden, die darauf schließen lässt, dass das Gotteshaus 1242 der Jungfrau Maria geweiht wurde. Die ältesten Teile stammen aber wohl aus dem Jahr 1147. Wegen ihrer Größe und der fünf sich überlappenden Dächer wird die Stabkirche von Heddal auch als »gotische Holzkathedrale« bezeichnet.

Heddalsvegen 412 | Mitte Juni – Mitte Sept. tgl. 10 – 17 Uhr
Eintritt: 90/30 NOK | www.heddalstavkirke.no

1 Hauptraum
Die Kirche von Heddal ist die größte Stabkirche Norwegens: Erbaut aus Kiefernholz, ist sie 24 m lang, 14 m breit und 26 m hoch. Stabkirchen sind keine Übersetzung des Steinbaus in Holz, sondern eine eigens entwickelte Form mit einem mächtigen Hauptraum, in dem man das Nachleben der nordischen Königshalle vermutet. Innen steht u. a. ein geschnitzter Bischofsstuhl (12. Jh.) mit Szenen aus der Sigurd-Sage: Sigurd und König Gunnar ziehen aus, um Brunhild den Nibelungen-Ring zu bringen. Der Altar der Kirche aus dem Jahr 1667 stammt von einem unbekannten Künstler. In der Mitte ist die Kreuzigung Christi dargestellt, darüber die Auferstehung. Mitte des 19. Jh.s war Heddal restauriert worden und erfuhr dabei einige Veränderungen. Sie wurden Mitte des 20. Jh.s wieder zurückgebaut, um den mittelalterlichen Charakter der Kirche wiederherzustellen.



2 Stäbe
Die Deckenplanken des 21,4 m langen und 5,1 m breiten Schiffs bestanden aus Fichtenholz und wurden mit Nägeln aus Eibenholz befestigt.

3 Andreaskreuze
Typisch für die norwegischen Stabkirchen sind die Andreaskreuze, die sich auf der Höhe des ersten Dachabschlusses um die gesamte Kirche ziehen und dabei für weitere Steifigkeit sorgen.

4 Svalgang
Um die Kirche herum läuft der überdachte Svalgang, in dem einst die Männer ihre Waffen ablegen mussten, bevor sie am Gottesdienst teilnahmen

7 Grundriss
Wie die meisten christlichen Kirchen ist sie Ost-West-orientiert. Im Osten (rechts) befindet sich der Chor (der älteste Teil der Kirche) mit einer halbrunden Apsis.
Die Türen der Stabkirchen sind immer schmal. Rechts am Südportal fällt neben den Holzschnitzereien das eigenartige Kapitelltier mit Menschenkopf auf.

5 Dachschindeln
Einander schuppenförmig überlappende Holzschindeln decken das fünffach getreppte Dach ab. Die Hälfte der Schindeln wurde zwischen 1998 und 2004 ausgetauscht. Man verwendete dafür nach mittelalterlichem Vorbild in Handarbeit hergestellte Schindeln. Außerdem muss die Kirche regelmäßig geteert werden, damit sie auch künftig Wind und Wetter standhält. Weil Gerüste nicht befestigt werden dürfen, übernehmen Bergsteiger diesen Job.

6 Dachreiter
Wie das Dach selbst hat in Heddal auch der Dachreiter mehrere Etagen. Die Türme sind leer – der Glockenturm steht abseits der Kirche.

1 2 3 4 5 6

Entlang des Lågen, der am Rand der Hardangervidda entspringt, schlängelt sich die Straße vorbei an engen Schluchten nach **Rødberg**, in dem mitten im Ort das große, neoklassizistische Werksgebäude des Wasserkraftwerkes »Nore I« auffällt.
Ein besonderes Vergnügen, vor allem mit Kindern, ist eine Draisinenfahrt auf der 32 Kilometer langen, stillgelegten Strecke der **Numedalsbahn** zwischen den Endpunkten Veggli und Rødberg. Hier warten 25 gut erhaltene Schienenfahrräder auf ihre Nutzer. Mieten kann man die Räder im Gasthaus Veggli Vertshus.
Vorbei an der hübschen **Mittelmast-Stabkirche von Uvdal** nördlich der Straße und den Abzweigungen hinauf zum Immingfjell und zur idyllisch gelegenen Gebirgsstube Solheimstulen am Rand der Hardangervidda schraubt sich die Straße zum 1100 m hoch gelegenen **Berghotel Vasstulan** hinauf. Von hier bietet sich eine fantastische Aussicht auf das Numedal und die Hardangervidda. Nach Überquerung von zwei weiteren Pässen erkennt man auf der gegenüberliegenden Talseite die Schneisen der Geiloer Skilifte. Oberhalb des beliebten Wintersportorts thront der **Hallingskarvet** mit dem 1933 m hohen Folarskarnut, dem höchsten Gipfel dieses Bergrückens.
Veggli Vertshus: Tel. 32 74 79 00 | www.veggli-vertshus.no

KRISTIANSAND

Gebiet: Südnorwegen | **Einwohnerzahl:** 112 600



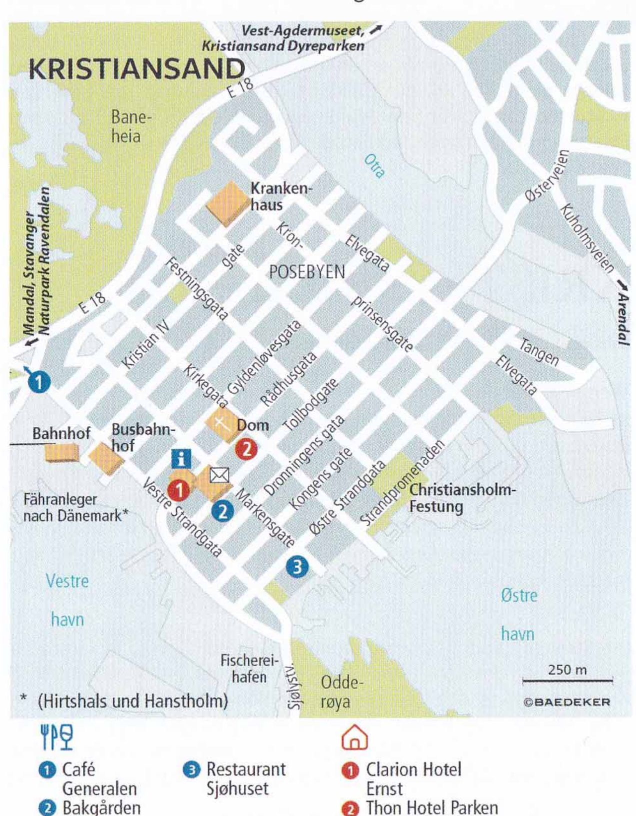
Wenn Sie mit der Fähre aus Dänemark ankommen, fahren Sie nicht – wie die meisten es tun – gleich weiter, auch wenn die Industrieanlagen im Hafen nicht gerade einladend wirken. Kristiansand besitzt mit Posebyen ein nettes Holzhausviertel und nicht weit außerhalb der Stadt ein sehenswertes Freilichtmuseum und für Kinder einen der besten Vergnügungsparks des Landes. Wenn es noch eines Arguments bedarf: Kristiansand gilt als Ort mit den meisten Sonnentagen in Norwegen.



Die strenge quadratische Anordnung des Stadtkerns, Kvadraturen genannt, verdankt Kristiansand seinem Gründer und Namenspatron Christian IV. Der dänisch-norwegische König entwarf hier 1641 ein **schachbrettartiges Netz** von Straßen im strengen Renaissancestil. In den rechtwinkligen Straßen liegt heute Kristiansands pulsierendes Handels- und Kulturzentrum mit einer hübschen Fußgängerzone

Taufen, Trauungen, Gottesdienste – die Heddal-Stabkirche wird immer noch genutzt.

(Markensgate) und schön restaurierten Häusern. Die zehn Quer- und sieben Längsachsen der Kvadraturen wurden als breite Straßen konzipiert, um die Ausbreitung von Bränden zu erschweren. Genutzt hat es wenig, denn 1734 zerstörte ein Feuer rund die Hälfte der Stadt. Fast alle Gebäude sind aus Stein, nur direkt an der Mündung der Otra in den Byfjord kann man durch **Posebyen** spazieren, ein hübsches Stadtviertel mit alten Holzhäusern, in denen Galerien und Werkstätten von Kunsthandwerkern untergebracht sind.
Zu beiden Seiten der Festung **Christiansholm** (1672), in der im Sommer Kunstausstellungen stattfinden, liegen gleich mehrere Bootshäfen, in denen es in den Sommermonaten von noblen Jachten und Segelbooten wimmelt. Sie schippern gerne den Skagerrak an der »Riviera des Nordens« hinauf Richtung Risør.



KRISTIANSAND ERLEBEN



KRISTIANSAND TURISTINFORMASJON

Rådhusgata 18
4611 Kristiansand
Tel. 38 07 50 00
www.visitsorlandet.com/kristiansand



Vom Hafen fahren Ausflugsschiffe durch die Schären zur idyllischen Insel **Ny-Hellesund**. Interessant sind auch Fahrten ins pittoreske Städtchen **Lillesand** mit schmucken weißen Patrizierhäusern und hübschem Hafen (Tickets im Touristenbüro).

Auch wenn das Wetter mal nicht mitspielen sollte: Das **Palmesus Beach Festival** im Juli ist die größte Strandparty Skandinaviens. Zwei Tage lang wird mit vielen Bands und Feuerwerk am Strand von Kristiansand gefeiert (www.palmesus.com).



2 BAKGÅRDEN €€-€€€

Stein- und Holzwände, holzgetäfelte Decke, Höhlenatmosphäre - hier kann man bei gepflegten Cocktails wunderbar abhängen. Zur Stärkung gibt es kleine Gerichte.
Tollbodgata 5a
Tel. 38 02 12 11
www.bakgardenbar.no

3 RESTAURANT SJØHUSET €€€-€€€€

Draußen sitzen, den Wellen lauschen, Boote gucken und den Sonnenuntergang beobachten, das macht seit über 20 Jahren die Beliebtheit des Sjøhuset aus. Nicht zu vergessen das Essen! Durchaus erschwinglich ist die Fischplatte zur Mittagszeit.
Østre Strandgt. 12a/
Markens gate
Tel. 38 02 62 60
www.sjohuset.no

1 CAFÉ GENERALEN €€

In diesem kleinen Café im Grünen werden leckere Kleinigkeiten wie Hamburger, Waffeln und Kuchen serviert. Am Donnerstag und Freitag finden Kulturabende mit Live-Konzerten statt.
Ravnedalsveien 34
Tel. 38 09 07 91
www.ravnedalen.no



1 CLARION HOTEL ERNST €€€€

Das erste Haus am Platz hat geschmackvoll eingerichtete Zimmer und eine riesige, stimmungsvolle Lobby mit viel moderner Kunst. Von norwegisch-nüchtern ist hier nichts zu spüren. Auch die Einheimischen wissen das gute Restaurant und das Bistro zu schätzen.
Rådhusgaten 2
Tel. 38 12 86 00
www.nordicchoicehotels.com

2 THON HOTEL PARKEN €€€

Ganz zentral gelegen, bietet das elegante Hotel in altem Gemäuer jeden Komfort. Einige Merkmale aus früheren Zeiten wie alte Holzbalken in einigen Zimmern haben überlebt. Ansonsten dominiert die Moderne.
Kirkegata 15
Tel. 38 17 20 40
www.thonhotels.no

Wohin in Kristiansand und Umgebung?

Hölzerne Evangelisten

Dom

Im Zentrum am Marktplatz (Torget), wo im Sommer frisches Obst und Gemüse verkauft werden, fällt der nach einem Brand wiedererrichtete Dom (1882 – 1885) im neugotischen Stil ins Auge. Im Inneren lohnt die Besichtigung des Altars mit dem Gemälde »Christus in Emmaus« und der Sammlung der barocken, holzgeschnitzten Evangelisten.
Gyldenløves gate 9 | Mo. – Fr. 11 – 14, Mitte Mai – Aug. 10 – 17 Uhr | häufig Gratis-Orgelkonzerte | www.kristiansanddomkirke.no

Der große Lyriker

Wergeland-Denkmal

Beim Dom steht ein von Gustav Vigeland geschaffenes Denkmal des Dichters Henrik Wergeland (1808 – 1845), des berühmten Sohns der Stadt, der als größte norwegischer Lyriker angesehen wird und die refoem der norwegischen Sprache vorantrieb.

Baden und die Aussicht genießen

Naturpark Ravnedalen

Nordwestlich vom Stadtzentrum kann man im Naturpark Ravnedalen über 200 Stufen den Aussichtsfelsen Ravneheia erklimmen und von dort die herrliche Aussicht über die Stadt, die vorgelagerten Inseln und das Meer genießen. In diesem um das Jahr 1875 angelegten Park liegen gleich mehrere kleine **Badeseen**, hübsche **Naturpfade** und ein kleines **Café**.

Wie anno dazumal

Vest-Agder-museet Kristiansand

Im **Freilichtmuseum** im Stadtteil Kongsgård mit 40 alten Gebäuden und verschiedenen kulturhistorischen Ausstellungen wurde die »Bygaden«, eine schnurgerade Straße aus der »Kvadraturen« vo Kristiansand, mit möblierten Häusern, Werkstätten und Kramladen wiederaufgebaut. Ebenfalls sehenswert ist der Hof Setesdaltunet mit Rauchlochstube (17. Jh.).
Vigeveien 22b | Mitte Mai – Mitte Aug. tgl. 11 – 16, sonst Mo. – Fr. 9 – 14 Uhr | Eintritt: 100/50 NOK | www.vestagdermuseet.no

Jedes norwegische Kind ...

Kristiansand Dyreparken

... muss einmal in seiner Kindheit im Kristiansand Dyreparken (12 km östlich der Stadt) gewesen sein! Unschlagbare Favoriten sind die Stadt der »Räuber von Kardemomme« und Kapitän Säbelzahns Burg mit geheimen Gängen, beeindruckend sind auch das große nordische Raubtierreservat und der Affendschungel. Außerdem gibt es ein riesiges Badeland mit vielen Attraktionen, z. B. einer langen Rutschbahn.
Dyreparkveien | Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 10 – 19, sonst bis 17 Uhr | Eintritt: je nach Saison ab 179 bis 529 NOK (Tageskarte ohne Badeland) | www.dyreparken.no

Kunst im Speicher

Silo

Auf der Insel **Odderøya** entsteht in einem ehemaligen Getreidespeicher ein außergewöhnliches Kunstmuseum. Die schon bei der Errichtung 1934 preiswürdige Architektur, modern aus- und umgebaut, gibt den Rahmen für Ausstellungen, u. a. von Werken aus der Kollektion Tangen mit moderner nordischer Kunst.
https://kunstsilo.no

Nostalgie pur

Setesdalbanen

Fans nostalgischer Eisenbahnen haben bestimmt ihren Spaß bei der Fahrt mit der Setesdalbanen. Von 1895 bis zur Stilllegung 1960 verband die **Schmalspurbahn** Kristansand mit dem Setesdal. Seit 1963 befördert die über 100 Jahre alte Lokomotive auf einer fünf Kilometer langen Strecke im Sommer ihre Fahrgäste.
www.setesdalsbanen.no

★ KRISTIANSUND

Gebiet: Westnorwegen | **Einwohnerzahl:** 24 400

Jahrhundertelang hatte sich die Stadt in Richtung Meer orientiert und fast ausschließlich von der Dorsch- und Heringsfischerei gelebt. Heute hat das Nordseeöl eine größere Bedeutung als die Fischerei. Erst 1992 wurde Kristiansund – als letzte Stadt Norwegens – mit einer aufwendigen Brücken- und Tunnelkonstruktion mit dem Festland verbunden.

G 4

Kristiansunds Geschichte ist untrennbar mit Dorsch und Hering verbunden. Zwischen 1750 und 1950 lebten fast alle Stadtbewohner vom **Klippfisch**, woran das »Klippfischweib« am Hafen erinnert. Der Trockenfisch kam von den Lofoten und wurde von Kristiansund als Fastenspeise vor allem nach Italien, Spanien und Portugal exportiert. Bis heute kann man in den Klippfischrestaurants der Stadt einen Hauch von Portugal schnuppern, denn der »Bacalao« wird gern mit Olivenöl, Oliven, Paprika und Tomaten zubereitet.

Klippfisch-metropole auf drei Inseln

Wer vom Meer nähert, landet nach der Fahrt durch den Sund, der der Stadt den Namen gab, im perfekt geschützten **Naturhafen**. Auf drei Inseln – Innlandet, Kirkelandet und Nordlandet – breiten sich die bunten Häuser aus. Durchaus erfreulich wirkt die Stadt, was umso erstaunlicher ist, denn auch sie wurde im Zweiten Weltkrieg zum großen Teil zerstört. Doch beim Wiederaufbau hat man versucht, zumindest ein wenig vom alten Charme in die neue Zeit zu retten.



Der Geruch von Fisch und Salz liegt im alten Kaispeicher noch immer in der Luft. Damals stellte man Klippfisch her, heute ist hier das Norsk Klippfiskmuseum zu Hause.

Alles für den Klippfisch

Norsk Klippfiskmuseum

Der Milnbrygga-Speicher am Hafenbecken Vågen, in dem früher Klippfisch gelagert wurde, dient heute als Klippfischmuseum. Deutschsprachige Führungen und Fotos der verschiedenen Arbeitsgänge vermitteln einen Eindruck davon, was für eine schwere Arbeit das Klippfischherstellen ist. Jeder Fisch, meist Dorsch, wird gesäubert, eingesalzen und auf den Klippen zum Trocknen ausgelegt. Vier bis sechs Wochen dauert diese Prozedur, bei der die »Klippfischweiber« die Aufgabe haben, die Fische mehrmals täglich zu wenden. Fertiger Klippfisch hält sich jahrelang. Im Juni findet in Kristiansund ein **Klippfischfestival** statt.
Dikselveien 20 | Mitte Juni - Mitte Aug. tgl. 12 - 17 Uhr | Eintritt: 70 NOK | www.nordmore.museum.no

KRISTIANSUND ERLEBEN



DESTINATION KRISTIANSUND & NORDMØRE
Kongens Plass 1
6501 Kristiansund
Tel. 70 23 88 00
www.visitnorthwest.no/kristiansund



Von Insel zu Insel gelangt man am besten mit einem der **Sundboote**, die ständig hin- und herpendeln. Sie sind das wahrscheinlich älteste öffentliche Transportsystem der Welt, seit 1876 ununterbrochen in Betrieb. Eine Rundfahrt verschafft einen guten Überblick über die Inselstadt.



Internationale Fotokunst zeigt alljährlich Ende April/Anfang Mai das **Nordic Light Festival** (www.nle.no).



SMIA €€€-€€€€
Mehrfach ausgezeichnetes Restaurant in einer ehemaligen Schmiede von 1787 mit viel Geschichte. Besonders empfehlenswert: Bacalao, Klippfisch, oder die gemischte Fischplatte mit dem Tagesfang. Für den kleinen Hunger können Sie auch die köstliche Fischsuppe probieren (So. geschl.).
Fosnagaten 30b
Tel. 71 67 11 70
www.smia.no

SJØSTJERNA FISKERESTAURANT €€€
In der »Klippfischmetropole« gibt es selbstverständlich etliche Restaurants, die das typische Gericht servieren. Empfehlenswert ist Sjøstjerna im Zentrum von Kristiansund. Der »Bacalao nach Art des Hauses« ist die portugiesische Variante mit Oliven (So. geschl.).
Skolegata 8
Tel. 71 67 87 78
www.sjostjerna.no

YTTERBRYGGA RESTAURANT €€€
Die Überfahrt von Gjetøy zur Insel Håholmen (im Sommer stündlich 11 - 21 Uhr) lohnt sich nicht nur wegen dieses Restaurants in einem Speicherhaus aus dem 18. Jahrhundert. In dem Ensemble aus 25 historischen Häusern und Hütten, die das Hotel bilden, können Sie noch in mehreren anderen Restaurants speisen und überaus gemütlich übernachten.
Håholmen Havstuer, Håholmen
Tel. 71 51 72 50
www.classicnorway.com



QUALITY HOTEL GRAND €€€
Das traditionsreiche Hotel im Zentrum hat Flair und bietet gehobenen Standard. Die oberen Zimmer haben eine nette Aussicht auf den Hafen.
Bernstorffstredet 1
Tel. 71 57 13 00
www.nordicchoicehotels.no

THON HOTEL KRISTIANSUND €€€
Einen schönen Blick über den Sund auf die Stadt bietet das zum schicken Hotel umgebaute ehemalige Speichergebäude von 1915. Die Zimmer sind modern, alte Holzbalken kontrastieren den kühlen nordischen Stil. Terrasse direkt am Wasser.
Fiskergaten 12
Tel. 71 57 30 00
www.thonhotels.com

Park- und Grünanlagen ...

Sehenswertes in der Stadt

... machen wesentliche Teile des Stadtbildes aus. Auf der südlichen Insel **Innlandet** befinden sich die ältesten Gebäude der Stadt, z. B. das erste Zollhaus (1660 – 1748). Große Teile der alten Stadt sind restauriert worden. Bei einem Rundgang um das Hafenbecken **Vågen** erhält man einen Einblick in den Baustil alter Lagerhäuser. Leider brannten im November 2001 mehrere dieser schönen, alten Gebäude direkt am Hafen ab.
Besonders interessant ist die 1865 gegründete **Werft Mellomværftet** am Westufer des Hafens, die als Abteilung des Nordmøre Museums auch heute noch Aufträge ausführt. Die moderne Stadtkirche von 1964 und das Patrizierhaus Lossiusgården von Ende des 18. Jh.s sind weitere lohnenswerte Anlaufpunkte. Eine fantastische Aussicht auf die Hafeneinfahrt und die Insel Grip am Horizont genießt man vom alten **Aussichtsturm Varden** aus. Dreht man sich um 180°, kann man die Blicke über das mächtige Nordmøregebirge schweifen lassen.

Rund um Kristiansund

Nur im Sommer bewohnt

Inselgruppe Grip

Eine Fährverbindung von Kristiansund bringt Besucher zur Inselgruppe Grip, 14 km nordwestlich von Kristiansund gelegen. Sie setzt sich aus über 80 verschiedenen Holmen und Schären zusammen. Bis zu 400 Einwohner, unter ihnen hauptsächlich Fischer und Lotsen, lebten hier seit Jahrhunderten. Heute ist die Inselgruppe nur noch im Sommer bewohnt. Besonderes Augenmerk sollte man auf die Mole und die **Stabkirche** (Ende 15. Jh.) mit ihrem Altarbild von 1520 legen.

Paradies für Sportangler, Ornithologen, Jäger und Taucher

Insel Smøla

Auf der Insel Smøla, etwa 30 km nordöstlich von Kristiansund, gibt es eine reichhaltige Tier- und Vogelwelt – Hirsche, wildlebende Nerze, Graugänse, Fischreiher und Moorschneehühner, um nur einige Arten zu nennen.



Atlantikstraße · Atlanterhavsveien

Eine der spannendsten Küstenstrecken Europas

Haarscharf am Meer entlang

Zwischen Kristiansund und Molde – genauer zwischen Vevang und Kårvåg 28 km südwestlich von Kristiansund – liegen unzählige Inseln, die noch bis vor zwei Jahrzehnten nur mit Fähren zu erreichen waren. Der rund 8,5 km lange Atlanterhavsveien verläuft direkt am Meer entlang und ist eine lebenswichtige Verbesserung der Infrastruktur in der zerklüfteten Schärenlandschaft sowie Anziehungspunkt für Sportangler, Taucher und Besucher, die das Meer hautnah erleben möchten.
Die Inseln und Holme entlang dieser Strecke werden hier auf imponierende Weise durch insgesamt **zwölf Brücken und mehrere Dämme** verbunden. Eine der wohl spannendsten Küstenstrecken ganz Europas öffnet ein Paradies, das vor allem Tauchern seinen wirklichen Charme zeigt. Bei Windstille bietet sich eine herrliche Aussicht auf das offene Meer, bei kräftigem Nordwestwind das faszinierende Schauspiel der Naturgewalten. Die Straße folgt einer Trasse, die ursprünglich für eine Eisenbahnstrecke geplant war. Die ersten Planungen gab es schon Anfang des 20. Jh.s, doch erst 1983 wurde mit dem Bau der Straße begonnen, die dann sechs Jahre später eröffnet wurde. 2005 haben die Norweger die Atlantikstraße zum »Bauwerk des Jahrhunderts« erklärt. Zudem gehört sie zu den Norwegischen Landschaftsrouten, die noch über Vevang hinaus bis nach Bud führt und eine Länge von 36 km hat.

Wohnen im Fischerdorf

Håholmen

Entlang der Atlantikstraße liegen einige »fiskevær« (Fischerdörfer), deren Häuser heute an Besucher vermietet werden. Auf den unzähligen kleinen Inseln lebten zur Jahrhundertwende noch 120 Menschen ausschließlich vom Fischfang. Heute dominieren vom Frühjahr bis zum Herbst die Wassersportler und Feriengäste. Von **Gjetøy** an der Atlantikstraße fährt im Sommer stündlich ein Boot zum Fischerdorf **Håholmen** hinaus. Hier wurde früher Klippfisch getrocknet.

Ein misslungener Versuch

Bud

In der Gemeinde Fræna südlich der Atlantikstraße liegt Bud, ein kleines Fischerdorf, in dem Norwegens letzter Erzbischof im Jahr 1553 den norwegischen Reichsrat, Bauern und Bürger versammelte, um das Land aus der Abhängigkeit von Dänemark zu befreien. Der Versuch misslang mit der Folge, dass der Erzbischof vier Jahre später aus Norwegen fliehen musste. Die Holzkirche von Bud stammt aus dem Jahr 1717.

Nicht Kirche, sondern Grotte

Trollkirka

Landeinwärts Richtung Molde an der RV 64 liegt bei Eide die Trollkirka (Trollkirche), die größte und imposanteste der hier vorkommenden Kalksandsteingrotten mit 70 Metern Länge, bis zu 7 Metern Höhe und einem Wasserfall – festes Schuhwerk und Taschenlampe sind daher erforderlich. Vom Parkplatz führt der vier Kilometer lange, anstrengende und teilweise steile Weg durch Nadelwald bis zur Trollkirche.

★★ LILLEHAMMER

Gebiet: Ostnorwegen | **Einwohnerzahl:** 21 200

E 7

Für ein paar Tage im Jahr 1994 war Lillehammer, wunderschön oberhalb des Mjøsasees am Ausgang des Gudbrandsdal gelegen, der Mittelpunkt des Wintersports und zeigte der ganzen Welt, wie skiverrückt die Norweger sind. Auch heute bietet der Ort viele gute Wintersportmöglichkeiten. Größte Sehenswürdigkeit ist aber das Freilichtmuseum Maihaugen.

Winer-sport-paradies

Die Bilder von dem schneebedeckten Tal Lillehammers im Sonnenschein und den Fähnchen schwingenden Zuschauern gingen um die Welt – die **Olympischen Winterspiele** waren ein Wintermärchen, und der Skilangläufer Bjørn Dæhlie mit seinen vier Medaillen der Held. Nach den Spielen wurde es schnell wieder ruhig in Lillehammer, doch in vielen Köpfen spukte der Gedanke, wie man das Olympische Feuer wieder in die kleine Stadt an den Hängen am Mjøsa-See zurückholen könnte. Fast hätte es 2022 – gemeinsam mit der Hauptstadt Oslo – geklappt, doch die Regierung zog die Bewerbung zurück, der Forderungskatalog des IOC war einfach zu furchteinflößend. Anders als viele andere Orte pflegt Lillehammer sein olympisches Erbe und nutzt die Anlagen auch weiterhin. **Olympiapark**, Håkon-Halle, die Sprungschanzen und das Norwegische Olympische Museum sind beliebte Attraktionen. Natürlich besuchen viele auch im Sommer den Ort am Mjøsa-See, doch erst im Winter blüht Lillehammer so richtig auf. Waren die Wintersportmöglichkeiten vor Olympia schon gut, haben sich die Alpinanlagen noch einmal deutlich verbessert. Doch das größte Kapital sind die **vielen hundert Kilometer Langlaufloipen** durch die Wälder und über die umliegenden kahlen Hochebenen. So ist es nicht verwunderlich, dass Lillehammer die einzige Stadt Norwegens mit einem Skiläufer im Wappen ist.

Ursprünglich hieß Lillehammer »Litli Hamar« und diente dem größeren Hamar als vorgeschobener Außenposten, damit die Bauern im Gudbrandsdal ihre Produkte besser vermarkten konnten. In dem Anfang des 20. Jh.s immer noch verschlafenen Marktflecken erfand Thor Bjørklund (1889 – 1975)in den 1920igern den **Käsehobel**, der bis heute bei Thor Bjørklund & Sønner AS in Lillehammer produziert wird. Die **Literatur-Nobelpreisträgerin Sigrid Undset** schrieb hier ihre Trilogie »Kristin Lavransdatter«. Ihr Wohnhaus Bjerkebæk im Sigrid Undsetveg 16 ist eingerichtet wie zu ihren Zeiten in den 1930er-Jahren. Das Museum kann im Sommer im Rahmen von Führungen besichtigt werden.

Wohin in Lillehammer

Eines der führenden Kunstmuseen des Landes

Kunstmuseum

Auf dem Marktplatz (Stortorget) lohnt das architektonisch interessante Kunstmuseum, eines der führenden Kunstmuseen Norwegens, einen Besuch. Es zeigt u. a. Werke der norwegischen Maler J. C. Dahl, A. Tidemand, Erik Werenskiold, Christian Krohg und Edvard Munch.

Stortorget 2 | Di. – So. 11 – 16 Uhr | Eintritt: 135/65 NOK | www.lillehammerkunstmuseum.no

Abwechslungsreiche Anlage

Olympiapark

Wenige Straßenzüge abseits der Fußgängerzone beginnen die olympischen Sportanlagen und Sportstätten. Zuerst gelangt man zu dem von Lund Hagem in traditioneller norwegischer Architektur gebauten **Olympischen Dorf** oberhalb der Stadt und zur **Håkon-Halle** (Stampesletta) mit einer leichten Dach- und Fassadenkonstruktion. Sie wurde von den Architekten Østgård A. S. als Eishockey-Halle errichtet und wird heute für diverse Sportveranstaltungen, Messen, Kongresse und Konzerte genutzt. Das **Olympische Museum**, das alle Olympischen Spiele von 1896 bis in unsere Zeit beleuchtet, präsentiert sich nach dem Umzug in einem neuen Gebäude auf dem Gelände des Frelichtmuseums von Maihaugen (► S. 193).

Lillehammers Hauptgeschäftsstraße ist die Storgata im Stadtzentrum: Gelegenheit zur Kaffeepause und zum Erwerb eines Käsehobels.



LILLEHAMMER ERLEBEN



LILLEHAMMER TURISTKONTOR

Jernbanetorget 2,
2609 Lillehammer
Tel. 61 28 98 00
www.lillehammer.com



❸ BRYGGERIEKJELLEREN €€€

Sie wähnen sich in einer Höhle. Es ist aber nur ein langgestrecktes Kellergewölbe, dunkel, mit Tischreihen an beiden Seiten. Es ist urgemütlich hier unten, und Sie bekommen die besten Steaks der Stadt. Das wissen auch die Einheimischen – besser reservieren.
Elvegaten 19
Tel. 61 27 06 60
www.bblillehammer.no

❷ EGON LILLEHAMMER €€

Das Restaurant befindet sich in einer alten Mühle, die auch das Mølla Hotel beherbergt. Die Atmosphäre ist urig, beim Essen lassen sich alte Einrichtungsgegenstände bestaunen. Es gibt günstige norwegische und internationale Gerichte, gute Pizza und auch Kinder finden einiges auf der Karte.
Elvegaten 12
Tel. 61 05 70 80
www.mollahotell.no

❶ TROLLSALEN RESTAURANT €€

Wenn Sie sich einmal ganz und gar dem Kitsch und Klischee ergeben wollen, essen Sie im Trollsalen im Familienpark Hunderfossen. Sie sind umgeben von Trollen und Märchendarstellungen an den Wänden, sechs riesige Trolle tragen die Decke. Kindern wird es bestimmt großen Spaß machen – wenn sie sich zu sehr gruseln, hilft sicher das leckere Essen.
Fossekroveien 71
Tel. 61 27 40 00
www.hunderfossenhotell.no



❶ MØLLA HOTELL €€€

130 Jahre lang wurde in der Mühle mitten in der Stadt am Fluss Mesnelva Korn gemahlen, bis das Gebäude 1991 zu einem ungewöhnlichen Hotel umgebaut wurde. Alle Zimmer sind gemütlich mit rustikalen Kiefernmöbeln eingerichtet. Von der Bar im obersten Stockwerk genießt man den besten Blick über die Stadt, und auch die Stimmung und die Cocktails sind klasse.
Elvegaten 12
Tel. 61 05 70 80
www.mollahotell.no

❷ FIRST HOTEL BREISETH €€€

Einst ein vor allem bei Künstlern beliebtes Hotel, bietet das klassisch-elegante Haus im Stadtzentrum mit seinen individuell eingerichteten Zimmern allen Komfort.
Jernbanegaten 1 – 5
Tel. 61 24 77 77
www.firsthotels.com

Wer immer schon einmal das Gefühl erleben wollte, in einem rasenden Bob zu sitzen, kann das im **Bob-Simulator** im Olympiapark durchaus realistisch nachempfinden. Noch aufregender aber ist eine Fahrt mit dem (realen) **Räderbob** die Olympische Bob- und Rodelbahn hinab. Je drei Personen mit Guide erreichen dabei durchaus



Geschwindigkeiten von 100 km/h. Etwas anstrengender ist der Aufstieg zur **Schanzenanlage Lysgårdbakkene** (Kantvegen) mit einer 120 m hohen Großschanze und einer 90 m hohen Normalschanze. Mit einem Sessellift kann man täglich zwischen 11 und 16 Uhr auf den Turm hinauffahren und von hier einen umfassenden Blick über die Stadt und den Mjøsa-See genießen. Für sportlich Ambitionierte: Zu Fuß den Turm hinauf, das heißt 954 Stufen steigen.
www.olympiaparken.no

»Wer Großes erreichen will, ...

... muss die Kunst des Wartens erlernen«, war das Motto des Zahnarztes **Anders Sandvig** (1862 – 1950), als er 1887 mit der mühseligen Arbeit begann, Gegenstände von Bauernhöfen aus dem Gudbrandsdal zu sammeln. Während seiner Patientenbesuche reifte die Idee, dass jemand sich um die **alte bäuerliche Tradition Norwegens** kümmern müsse, da sie sonst in Vergessenheit geriete. Also begann er, Gebrauchsgegenstände auf den Höfen, die er besuchte, zu sammeln, manchmal ließ er sich sogar sein Honorar in Naturalien auszahlen. Anfangs stellte er seine Fundstücke in seinem Wartezim-


Freilichtmuseum Maihaugen
(▶Plan S. 196)

mer aus, als er 1894 das erste Haus erwarb, baute er es in seinem Garten auf. Jetzt hatte ihn die Sammelleidenschaft endgültig gepackt, es kamen immer mehr Gebäude dazu, und der Garten wurde zu klein. Nach zähen Verhandlungen mit den Stadtvätern von Lillehammer war es 1904 schließlich so weit, die Stadt übernahm seine Sammlung und richtete auf dem Maihaugen, dem Maihügel, ein regionales Museum für das Gudbrandsdal ein. Sandvig hatte eine klare Vorstellung von seinem Museum:

»

[...] das Aussehen und die Einrichtung eines Hauses geben das beste Bild seiner Bewohner. Ich möchte aber nicht nur die Besitztümer der Reichen bewahren, sondern auch das Haus des kleinen, armen Mannes vom Lande und die Sennhütten in den Bergen.

«

Auch wenn das Freilichtmuseum seit dem Tod Sandvigs 1950 noch weiter gewachsen ist – derzeit besitzt es insgesamt mehr als 200 Gebäude –, an diesem Grundsatz hat sich bis heute nichts geändert. So kann man mit dem Bauern vom Hof Øygarden plaudern, Drops in der historischen Apotheke kaufen oder im 1980er-Jahre Haus Kindheitserinnerungen auffrischen. In einem der Häuser werden dünne Fladenbrote auf der Feuerstelle gebacken, im Museumsgebäude sind alte Werkstätten mit mehr als 30 verschiedenen Handwerksberufen zu sehen: z. B. Radmacher, Schuster, Schmied, Korbflechter, Steinmetz oder Sattler.
Der älteste Bau auf dem Museumsgelände ist die **Stabkirche von Garmo**, die um 1200 in der Kommune Lom in Oppland errichtet und 1880 abgerissen wurde. Die meisten Elemente der Stabkirche sicherte sich Anders Sandvig und ließ den Bau in Maihaugen rekonstruieren. Die neuen Teile sind gekennzeichnet, sodass man sie von der originalen Bausubstanz unterscheiden kann.
Der **Pfarrhof von Vågå** war, als er um 1640 gebaut wurde, der pure Luxus; das zweistöckige Haus passte vom Stil so gar nicht in seine Zeit. Denn der Pfarrer hatte von seinen Auslandsreisen viele Souvenirs mitgebracht und sein Haus ziemlich ungewöhnlich eingerichtet; so stellte er die Möbel mitten in den Raum und befestigte sie nicht an den Wänden, wie es damals üblich war. Auch sein Kachelofen war etwas Besonderes, denn in allen anderen Häusern sorgten Eisenöfen für die Wärme. Da der Pfarrer damals ein wichtiger Mann war, versuchten viele, seine Einrichtung zu kopieren, und so entstand in Vågå durch sein Vorbild allmählich eine ganz neue Stilrichtung.
Auch auf der **Björnstad Farm** lebten reiche Bauern in prächtig ausgeschmückten Räumen voller Gerätschaften, was ein krasser Gegensatz zu der Behausung der armen Kleinbauern war. Die 26 Gebäude,



»In den Häusern, die hier stehen, soll man glauben, die Menschen zu treffen, die einst in ihnen lebten. Nur so kann man ihre Lebensweise verstehen und ihre Arbeit nachvollziehen.« – Anders Sandvig, Gründer des Freilichtmuseums Maihaugen

die zu diesem Gehöft gehörten und jetzt in Maihaugen zu sehen sind, stammen aus dem 18. Jh. und sind im typischen Gudbrandsdalstil erbaut. Aber die Geschichte dieser Farm reicht viel weiter zurück, denn sie befand sich schon seit 350 Jahren im Familienbesitz, bevor die Gebäude nach Maihaugen kamen, und das Land, auf dem sie stand, wurde sogar schon zur Wikingerzeit urbar gemacht.
Auch die um 1700 erbaute **Gynts Stue** hat einen Platz in Maihaugen gefunden, der angeblichen Wohnstätte der von Henrik Ibsen als Vorbild für sein Versdrama »Peer Gynt« gewählten Gestalt.
Besonders sehenswert ist in Maihaugen die auch für Kinder spannende **Multimedia-Ausstellung** »Wie das Land unser wurde«, eine Geschichtswanderung von der Eiszeit bis in die Gegenwart.
Maihaugvegen 1 | Juni – Aug. tgl. 10 – 17, sonst Di. – So. 11 – 15/16 Uhr | Eintritt: 175/85 NOK (Hauptsaison), 135/65 NOK (Nebensaison) | www.maihaugen.no



Rund um Lillehammer

Moderner Urlaubsort

Nordseter, Sjusjøen

Etwa 14 km außerhalb von Lillehammer liegt Nordseter (786 m) mit 350 km Loipen und drei Skiliften. Von Nordseter führt ein lohnender Aufstieg zum 1086 m hohen **Neverfjell**, von dem man eine weite Aussicht hat. Etwas südlich von Nordseter zweigt eine Straße zum Skilift bei Sjusjøen am 808 m hoch gelegenen, hübschen **See Sjusjøen** ab, um den sich Hotels, zahlreiche Ferienhütten, Skilifte und ein Kolonialwarenladen gruppieren.

Auf der Suche nach einer Prinzessin

Hunderfossen Familienpark

Der Familienpark Hunderfossen bei Lillehammer hat fast drei Millionen Euro in neue Attraktionen investiert, vor allem in die Erweiterung des Märchenschlosses, wo die kleinen Besucher auf die abenteuerliche Suche nach einer Prinzessin gehen und sie aus den Fängen der Trolle befreien können. Die Jagd endet in einem haarsträubenden freien Fall, dem »Trollfallet«. Die Attraktion ist die einzige ihrer Art in Norwegen. Der Familienpark bietet zahlreiche weitere Attraktionen wie eine Gokartbahn, Rafting, ein Wachsfigurenkabinett und einen Bauernhof für Kinder.

Fossekrovegen 22 | Hauptöffnungszeiten Mitte Juni – Aug. tgl. 10 – 17, Juli bis 18 Uhr | Eintritt: ab 442 NOK | www.hunderfossen.no

★★ LOFOTEN

Gebiet: Nordland | **Fläche:** 1308 km²



Wer in den Norden Norwegens aufbricht, hat zwei Sehnsuchtsziele: das Nordkap und die Lofoten. Bizarr aus dem Meer aufragende Berge, grüne Wiesen, feinsandige Traumstrände und malerische Fischerdörfer sind das Markenzeichen der Inselgruppe. Und das Licht ist hier einfach unvergleichlich. Wer die Lofoten einmal besucht hat, wird sie wohl nie wieder vergessen.



» Luftspiegelungen, die die Bergketten vor und hinter dir auf den Kopf stellen, immer in Bewegung, während Wale spielen und Vögel rufen. «

Schon der Literaturnobelpreisträger **Bjørnstjerne Bjørnson** war von den Lofoten begeistert. Seit seinem Besuch 1869 auf den Inseln hat sich die Landschaft nicht verändert, und die Mitternachtssonne verzaubert immer noch mit atemberaubenden Lichtstimmungen. Doch die Einsamkeit und Stille des einstigen Geheimtipps nördlich des Polarkreises ist einer für Norwegen unüblichen Betriebsamkeit gewichen, und so wird – zumindest im Sommer – jede Hütte am Wasser als **Rorbu** (von »ro = rudern« und »bu = wohnen«) vermietet. Diese meist rot gestrichenen Hütten gehören, wie die wilden Berge und das Meer, zum Bild der Lofoten. Sie stehen direkt am Wasser oder sogar auf Pfählen über dem Wasser. Die ersten wurden wahrscheinlich schon unter König Øystein im 12. Jh. für die Lofoten-



Ein weißer Sandstrand bei Ramberg an der Nordwestküste von Flakstadøy: Wer wähnt sich hier schon im hohen Norden?

LOFOTEN ERLEBEN



DESTINASJON LOFOTEN
Torget, 8301 Svolvær (zwischen Hurtigruten-Anleger und Marktplatz)
Tel. 76 06 98 00
www.lofoten.info

ANREISE
Die Lofoten werden von den Schiffen der Hurtigruten angelaufen (von Bodø nach Svolvær 6 Std.); ferner gibt es Schiffsverbindungen nach Skutvik (2 Std.) oder Narvik (9 Std.) und tägliche Flüge von Bodø und Evenes nach Svolvær, Røst und Leknes. Dank der »Lofast-Verbindung« ist die Inselgruppe auch ohne Fähre erreichbar. Die 51 km lange Europastraße E 10 führt von Fiskebøl durch vier Tunnel, über zwei große und zehn kleine Brücken nach Gullesfjordbotn.

MITTERNACHTSSONNE
27. Mai – 17. Juli auf der Nord- und Westseite der Inseln



Spannend ist ein Törn über den Moskenestraum beim **Open-Ocean-Rafting** (Tourismusbüro Moskenes) oder eine Kutterfahrt zu den Steinzeitzeichnungen in der Revsvik-Höhle. **Schnorcheln und Tauchen** vor den Lofoten bedeutet, in glasklarem Wasser die Unterwasserflora und -fauna hautnah zu erleben. Im Sommer bietet Lofoten Diving tägliche Ausflüge an (Tel. 40 04 85 54, booking@lofoten-diving.com, www.lofoten-diving.com).
Von Juni bis August kann man mit **Øykongen** Ausflüge von Svolvær in den Trollfjord unternehmen und dabei Seeadler aus der Nähe beobachten (Abfahrten tgl. 10.30 Uhr, Tel. 99 57 10 58, www.oykongen.no).

DU VERDEN €€€€
Das Gegenteil von urigem Rorbuer-Charme bietet dieses moderne Restaurant mit zwei Abteilungen am Marktplatz. Die Atmosphäre ist international – wie auch die Küche, denn es gibt hier im Basement von Sushi bis Tapas alles, was in den Metropolen der Welt zu haben ist. Natürlich können Sie im feinen Stil auch typische Lofoten-Spezialitäten bekommen (in der ersten Etage).
Torget, Svolvær
Tel. 41 29 20 00
www.duverden.no/svolvar

FISKEKROGEN €€€-€€€€
Wie wäre es mit einer Portion Stockfisch oder Grenadierfisch? In diesem gemütlichen Hafenrestaurant werden alle Fischgerichte auf norwegische Art zubereitet. Wenn es mal kein Fisch sein soll, können Sie auch Variationen vom Lofotenlamm probieren.
Dreyersgate 29, Henningsvær
Tel. 76 07 46 52
www.fiskekrogen.no

BØRSEN SPISERI €€€€
Das Kaihaus von 1828 bietet den einzigartigen Rahmen für gute Speisen. Das Innere ist rustikal, im Gegensatz zum Essen, das filigran angerichtet wird. Als Vorspeise können Sie den Teller mit Lofoten-Delikatessen probieren (kann Wal enthalten!) oder, ganz unverfänglich, Bacalao auf portugiesische Art oder Fischsuppe.
Gunnar Bergsv. 2, Svolvær
Tel. 76 06 99 30
www.svinoya.no

KJØKKENET €€€€
Ein bisschen »gute alte Zeit« vermittelt die Atmosphäre in diesem Restaurant: viel Holzgerätschaften hängen an den holzgetäfelten Wänden. Die – natürlich fischlastige – Küche ist aber ganz modern und vom Feinsten (So. geschl.).
Lamholmen, Svolvær
Tel. 76 06 64 65
www.anker-brygge.no



HENNINGSVÆR BRYGGEHOTELL €€€€
Das direkt am Wasser erbaute Hotel mit der weißen Holzfassade passt hervorragend in das Ortsbild. Die komfortablen Zimmer bieten eine grandiose Aussicht auf den Hafen.
Misværveien 18, Henningsvær
Tel. 76 07 47 50
www.classicnorway.no

NUSFJORD RORBUER €€€€
Eine schönere Lofotenkulisse als in Nusfjord gibt es nirgendwo. Rote Rorbuer, ein winziger Hafen, ein alter Kaufmannsladen und im Hintergrund eine grandiose Bergkulisse. Die Hütten haben unterschiedlichen Standard, von einfach bis komfortabel, liegen aber alle wunderschön. Ruderboote und Angelausrüstung sind im Mietpreis enthalten.
Ramberg
Tel. 76 09 30 20
https://nusfjordarcticresort.com

Ihre Einsamkeit machte sie berühmt: die Sildpollnes-Kirche auf der Insel Austvågøy.



fischer gebaut, damit sie nicht mehr den ganzen Winter über unter ihren umgedrehten Booten schlafen mussten. Aber auch in solch einer Rorbu müssen die Lebensbedingungen der Fischer ziemlich elendig gewesen sein, denn die Hütten bestanden nur aus einem Vorraum für die Gerätschaften und Vorräte und einem weiteren Raum, den sich eine ganze Bootsbesatzung, in der Regel zehn Mann, teilte. Hier wurde gekocht, gegessen, geraucht, getrunken und geschlafen. Hygiene war ein Luxus, und so roch es in der Rorbu ewig nach nassen Kleidern, Schweiß, Fisch und Tran. Abends war es heiß und feucht, am Morgen, wenn der Ofen runtergebrannt war, überzog Raureif Menschen und Gerätschaften.

Heute wohnen die meisten Fischer zwar beengt, aber doch recht komfortabel auf ihren Booten, und die Touristen freuen sich über Rorbuer, die in meist **komfortable Ferienhäuser** umgewandelt wurden.

Die Inselkette der Lofoten ist fast 150 km lang und wird durch den Vestfjord vom Festland getrennt. Die vier großen Inseln **Austvågøy, Vestvågøy**, **Moskenesøy** und **Flakstadøy** liegen so dicht beieinander, dass sie aus der Ferne den Eindruck eines lang gestreckten, zackigen Gebirgskamms erwecken, der auch **Lofotenwand** genannt wird. Auf einigen der höchsten Berge, die mehr als 1000 m Höhe erreichen, liegt bis in den Frühsommer Schnee. Die schroffen Täler und bizarren Felsformationen, die das heutige Bild der Inseln ausmachen, wurden während der letzten Eiszeit von kleinen lokalen Gletschern geformt. Scharfe Kanten und Spitzen blieben stehen, die durch Verwitterung dann ihre heutige Form erhielten.

An vielen Stellen gibt es Vogelfelsen mit brütenden Seevögeln. Der Baumwuchs ist spärlich. Nahe dem Meeresufer liegen Sümpfe und Landseen, Wiesen und sogar einige Felder. Das Küstenklima sorgt für milde Winter und verhältnismäßig kühle Sommer. Zu den beliebtesten Freizeitaktivitäten gehören Angeln von der Mole und vom Ruderboot aus, Hochseefischerei, ferner Bergsteigen und Jagen.

Haupterwerb der Bevölkerung ...

Lofotenfischerei

... ist seit jeher der Fischfang, der auf den Lofoten von Anfang Februar bis Mitte April Hochsaison hat. Allerdings kommen heute deutlich weniger Boote als einst, als Tausende von Fischern ihre Netze ausbrachten und 1947 einen Rekordfang von146 000 Tonnen verzeichneten; heute sind es ca. 60 000 Tonnen. Grund dafür sind die strengen Fangquoten, die dafür sorgen sollen, dass sich die Bestände wieder erholen können. Den Hauptanteil bildet der Dorsch oder Kabeljau, auch Seelachs, Rotbarsch, Heilbutt und Schellfisch kommen vor. Von Anfang Januar streift der sonst die Tiefen des Atlantischen Ozeans bewohnende Dorsch in langen Zügen von der Barentssee zum Laichen an die Küste vor den Lofoten.

Rinder, Schafe, Gästebetten

Tourismus

Neben dem Fischfang wird stellenweise noch etwas Schaf- und Rinderzucht betrieben, es gibt auch Nerzfarmen. Der Tourismus spielt auf den Inseln vor allem im Sommer eine große Rolle. Dazu hat auch erheblich die Einrichtung der Norwegischen Landschaftsroute beigetragen, die von Raftsundet bis Å über die gesamte Inselkette verläuft. Mit Abstechern nach Henningsvær, Eggum, Unstad, Utakleiv, Vikten und Nusfjord ist sie 230 km lang. Moderne, sehenswerte Architektur bieten die Rast- und Aussichtpunkte – teilweise mit Cafés – bei Grunnfør, Eggum, Akkarvikodden, Torvaldshalsen und Skreda. Ein besonderes Highlight sind oft die Toilettengebäude.

Austvågøy

Zentraler Fischereihafen

Svolvær

Hauptort und Verwaltungszentrum der Lofoten ist Svolvær an der Südküste der Insel Austvågøy. Die kleine Stadt hat etwa 4600 Einwohner, deren Zahl aber zur Zeit des Dorschfangs (Lofotfiske) auf über 6000 ansteigt. Svolvær ist der zentrale Fischereihafen, Verkehrsknotenpunkt und bedeutendster Handelsort der Inseln. Wahrzeichen der Stadt ist der Berg Svolværgeita, dessen Gipfel an die Hörner einer Ziege erinnert und der vom Zentrum aus gut zu sehen ist.

Die Lofoten auf Leinwand

Svinøya

Werke vieler Maler, die auf den Lofoten Motive suchten, findet man im **Nordischen Kunstzentrum** auf Svinøya. Auf der kleinen Insel Gunnarholm, der Landebrücke gegenüber, liegt das Grab des Nordlandmalers Gunnar Berg (* 1863 in Svolvær, † 1893 in Berlin).

Für einen Ausflug ...

Skrova

... bietet sich die kleine Insel Skrova vor Svolvær an, auf der sich zu Zeiten des kommerziellen Walfangs eine der größten Fangstationen befand, in der die Wale auch gleich verarbeitet wurden. Mit dem Ende des Walfangs begann für Skrova eine harte Zeit, heute leben die 200 Insulaner vor allem von der Lachszucht.

Nördlich von Svolvær ragt der steile **Blåtind** (597 m) auf, geübte Wanderer benötigen für den Auf- und Abstieg rund fünf Stunden. Vom Gipfel bietet sich eine herrliche Aussicht.

Ein Amphitheater aus wilden Bergen



Trollfjord

Einer der beliebtesten Ausflüge führt von Svolvær in den nur zwei Kilometer langen Trollfjord, einen engen Seitenarm des Raftsundes. Sein Eingang ist nur etwa 100m breit und wird auf beiden Seiten von fast senkrechten Felswänden eingerahmt. Nach der engen Einfahrt öffnet sich der Fjord so weit, dass selbst die großen Hurtigruten-

VOM DORSCH ZUM TØRR- UND LUTEFISK



Meterhoch ragen die markanten, dachförmigen Trockenfischgerüste entlang der Lofotküste auf. Sie zeugen von einer jahrhundertealten Tradition, dem Konservieren der Fische durch Trocknen an der kalten Luft.

Bereits aus der Wikingerzeit ist der Handel mit dem »Stockfisch« – benannt nach den stockartigen Gerüsten – belegt, und bis heute reisen **Fischhändler aus Mailand** auf die Lofoten, um die kostbaren Zutaten für ihr »stoccafisso« vor Ort zu inspizieren. Der Stockfisch war im Mittelalter der norwegische Exportartikel schlechthin. Jeden Freitag sowie während der Fastenperioden lechzte das katholische Europa nach Fisch. Die Norweger konnten ihn angesichts der Kabeljau-Reichtümer vor ihren Küsten massenhaft liefern. Damit die Fänge auf ihrem langen Weg in den Koggen der Hanse nicht verrotteten, wurden sie durch Trocknen haltbar gemacht.
Jedes Frühjahr nach dem Lofotfischfang werden vorwiegend frische Dorsche, aber auch Seelachs, Lumb und Leng entweder der Länge nach in zwei Teile geschnitten, wobei die halbe Rückengräte entfernt wird, oder geköpft und ausgenommen. Anschließend werden den jeweils zwei Fische am Schwanzende zusammengebunden und paarweise in die **Hjeller** genannten Gerüste gehängt, wo sie bis spätestens 12. Juni in der salzigen Seeluft trocknen. Während des Trocknens verliert der Fisch 70 Prozent seiner ursprünglichen Feuchtigkeit, wobei aber alle Nährstoffe erhalten bleiben. So enthalten 5 kg frischer Fisch genauso viel Vitamin B, Proteine, Eisen und Calcium wie 1 kg Stockfisch, den die Norweger allgemein auch **»tørrfisk«**, Trockenfisch, nennen. Als nahrhafter Snack zum Knabbern sind Trockenfischbrocken sogar in kleinen Tüten erhältlich.

Strenger Geruch

Die bekannteste Trockenfischspezialität Norwegens ist der **Lutefisk**. Für diesen Laugenfisch (Dörrfisch), der in der Adventszeit in allen Fischrestaurants auf der Speisekarte zu finden ist, wird der Trockenfisch zwei Tage in einer starken Lauge und anschließend einen Tag in frischem Wasser eingeweicht und danach gekocht. Tendiert die Farbe leicht ins Gelbgraue und macht sich ein erster, strenger Geruch bemerkbar, ist der Trockendorsch gerade richtig und kann nun gedünstet werden. Die Beilage hierzu, so will es der strenge Brauch, sind Erbsenpüree und Speckwürfel.

Norwegischer Stockfisch wird bis nach Portugal verkauft.



schiffe wenden können. Der Blick fällt dabei auf ein beeindruckendes Amphitheater aus wilden Bergen. Besonders imposant ist der Anblick im Winter, wenn sich auf den gezackten Gipfeln der Schnee meterhoch türmt. Die Südseite des Trollfjords wird durch den 1045 m hohen Trolltindan begrenzt, an der Nordseite steigen der 998 m hohe Blåfjell und der 980 m hohe Litlkorsnestinden fast senkrecht aus dem Wasser.
Hier fand im Jahr 1890 die berühmte **Schlacht der Lofotenfischer** statt, die Johan Bojer in seinem Roman »Den Siste Viking« eindrucksvoll beschrieben hat. Moderne, dampfgetriebene Trawler versperrten damals den Ruderbooten der Fischer den Eingang zum Fjord, um ihnen den Kabeljaufang zu verwehren. Glaubt man Johan Bojer, siegten die Männer in den Ruderbooten gegen die Dampfschiffe. Trotzdem war es der Anfang vom Ende der Ära der Ruderboote: Die Dampfer wurden schnell zur übermächtigen Konkurrenz, denn mit ihnen konnten die Fänge um ein Vielfaches gesteigert werden.
Heute noch gibt es Streit um den Trollfjord, allerdings nur um die touristische Vermarktung. Geografisch gehört der Fjord zur Insel Austvågøy, also zu den Lofoten; verwaltet wird die Region allerdings von der Kommune Hadsel – und die gehört zu den ▶ Vesterålen.
Bootstour in den Trollfjord: tgl. 10, 10.30 und 13.30 Uhr, Start im Hafen von Svolvær | Dauer 3 Std., Ticket: 750/350 NOK | www.trollfjordcruise.com
Mit den Hurtigruten: von Svolvær nach Stokmarknes mit dem Bus, von dort mit dem Hurtigruten-Schiff zurück (nur im Sommer möglich)

Drei auf einen Streich

Kabelvåg

Rund 10 km südwestlich von Svolvær liegt Kabelvåg mit schön restaurierten Holzhäusern aus dem 19. Jh., viele werden heute als Ferienhäuser vermietet. Bis zum Aufkommen der Dampfschifffahrt war Kabelvåg der führende Hafen der Lofoten. Sehenswert sind ein **Fischereimuseum** und das **Lofot-Aquarium** mit Fischen und Seehunden des Vestfjords. Die **Kirche von Vågan** ist die größte Holzkirche nördlich von Trondheim.
In der bekannten **Galerie Espolin** sind die Werke des Nordland-Malers Kåre Espolin Johnson (1907 – 1994) zu sehen. Die Eintrittskarte gilt für die Galerie, das Lofot-Aquarium und das Lofot-Museum im Vorort Storvågan.
Lofotakvariet: Storvåganveien 28 | Mai tgl. 11 – 15, Juni – Aug. 10 – 18, Sept. – Nov. und Feb. – April So. – Fr. 11 – 15 Uhr, Dez. bis Feb. geschl. | Eintritt: 130/80 NOK | www.lofotakvariet.no
Galerie Espolin: Mai, Mitte bis Ende Aug. tgl. 11 – 15, Juni – Mitte Aug. tgl. 10/11 – 15/16, Sept. So. – Fr. 11 – 15, Jan. – April, Okt – Dez. Mo. – Sa. 11 bis 15 Uhr | Eintritt: 100/50 NOK | www.museumnord.no

»Venedig der Lofoten«

Henningsvær

An der vom 942 m hohen Vågakallen überragten Südwestspitze von Austvågøy liegt Henningsvær, das »Venedig der Lofoten«. Der Fischerort erstreckt sich über mehrere Inseln, die alle mit kühn geschwungenen Brücken verbunden sind. Die bunten Holzhäuser drängen sich um den lang gestreckten Hafen, in dem vor allem im Winter eine große Flotte von Fischerbooten liegt. Die schroffen Berge im Hintergrund bilden eine ebenso sehenswerte Kulisse wie die Lofotenwand und die Berge auf dem Festland – ein Postkartenmotiv, das so manche Werbebroschüre ziert. Viele Gäste besuchen die **Galleri Lofotens Hus**, die eine Ausstellung mit Arbeiten u. a. von Karl Erik Harr zeigt – der bekannte norwegische Künstler besitzt auch im Røkenes Gård og Gjestehus nahe Harstad eine Galerie.

Galleri Lofotens Hus: Hjelskjæret | Juni – Aug. tgl. 10 – 18, Mai 10 – 19, April und Sept. 10 – 16, Feb. und März Di. – Sa. 10 – 16 Uhr | Eintritt: 120/50 NOK | www.galleri-lofoten.no

Vestvågøy

Zentrum der Westlofoten

Stamsund

Entlang der Küsten von Vestvågøy türmen sich hohe Berge auf, doch das Inselinnere ist relativ flach mit mehreren Süßwasserseen und ausgedehnten Feucht- und Moorgebieten. Einige Flächen werden auch landwirtschaftlich genutzt. Auf dieser Ebene liegt **Leknes**, das moderne Handels- und Verwaltungszentrum der Insel.
An der Südostküste der Insel liegt **Stamsund**, einer der bedeutendsten Fischereiorte des Archipels und Verkehrszentrum der Westlofoten. Hier legen die Hurtigruten einen kurzen Stopp ein. Mit seinen Steinhäusern, Fischfabriken und Hafenanlagen ist Stamsund einer der wenigen Orte, die nicht dem Postkartenidyll entsprechen. Gegründet wurde der Ort erst Anfang des 20. Jh.s von J. M. Johansen, einem der größten Stockfischproduzenten Norwegens.

Wo der Häuptling wohnte

★ Lofotr Viking Museum in Borg

14 km von Leknes entfernt wurden in Borg an der E 10 Reste der größten Häuser entdeckt, die aus der Wikingerzeit bekannt sind: beachtliche 83 x 8 m misst der **Häuptlingswohnsitz von Borg** – einer von rund einem Dutzend Wikingerhäuptlingen in Nordnorwegen. Einige Gebrauchsgegenstände waren keltischer Herkunft – Beutestücke der Wikinger aus Frankreich und England. Das rekonstruierte Gebäude beherbergt seit 1995 ein Wikingermuseum.

Prestegårdsveien 59 | Juni – Mitte Aug. tgl. 10 – 19, Mai, Mitte Aug. bis Mitte Sept. 10 – 17, sonst Mi. und Sa. 12 – 15 Uhr, Wikingerfestival im Aug. | Eintritt: je nach Saison 150 – 225 NOK | www.lofotr.no



WIE DIE WIKINGER

So ein Wikingerleben war nicht einfach: durch die raue Nordsee rudern, die Kälte ertragen, sich die Feinde vom Leib halten. Da war jeder Krieger froh, wenn er am Feuer sitzen durfte, echte Wikingerkost genießen und das Ganze mit Met hinunterspülen konnte. Das wollen Sie auch mal erleben? In der Wikingersiedlung von Borg kommt stilecht Lamm von den Lofoten und Fisch aus dem Atlantik nach Wikingerrezepten auf den Tisch. Und wer es ganz richtig nach Wikingerart haben will, macht gleich noch einen Kurs im Drachenbootrudern mit. Da spürt man die Magie sogar in den Knochen (▶ S. 206).

Traumstrände für Hartgesottene

Ballstad

Am Südwestende von Vestvågøy liegen die beiden durch eine Bucht getrennten Fischereihäfen Ballstad und Mortsund mit vielen sehenswerten **Rorbuern**. Auf der Außenseite von Vestvågøy sind die Lebensbedingungen besonders hart, zwischen den hohen Bergen gibt es nur winzige landwirtschaftlich nutzbare Flächen, und im Winter fegen eisige Stürme über die Küste. Kein Wunder, dass fast alle vor diesen rauen Bedingungen geflohen sind. Nur in winzigen Siedlungen wie Eggum, Unstead und Utakleiv leben noch einige Menschen in bunten Häusern vor einer beeindruckenden Bergkulisse. Doch im Sommer zieht es Einheimische wie Touristen an die Traumstrände mit feinem weißen Sand oder mit Algen bewachsenen Felsen. Und nirgendwo sonst kann man so schön die Mitternachtssonne genießen.



6X ERSTAUNLICHES

Überraschen Sie Ihre Reisebegleitung: Hätten Sie das gewusst?

1. DURCHS NADELÖHR

Selbst große Kreuzfahrtschiffe und auch die Hurtigruten zwängen sich durch die nur 100 m breite Einfahrt in den **Trollfjord**, um den Passagieren das Amphitheater aus gezackten Bergen am Ende des nur 2 km langen Fjords zu zeigen. (▶ **S. 203**)

2. HAFENROMANTIK

Gut zwei Dutzend Rorbuer – ehemalige Fischerhütten – schmiegen sich um den kleinen Hafen von **Nusfjord** und bilden eines der schönsten Lofotenmotive. Sie alle werden als Ferienwohnungen vermietet. (▶ **S. 209**)

3. BROKEN COLUMN

Irgendwann werden Sie bei einem Stadtbummel durch **Stavanger** vor einer rostigen Eisenstatue stehen. Sie soll – ebenso wie die 22 weiteren – dem Londoner Künstler Antony Gormly ähneln, die er überall in der Stadt aufgestellt hat. Der Clou: Jede steht genau 1,95 m tiefer als die vorhergehende. (▶ **S. 326**)

4. KÜNSTLERISCHE FREIHEIT

Was hat Bob Dylan mit dem **Nidarosdom in Trondheim** zu tun? Der Steinmetz, der eine neue Skulptur des Erzengels Michael anfertigen sollte, nahm sich als Inspiration Bob Dylan und gab dem Engel sein Gesicht. (▶ **S. 351**)

5. ES WERDE LICHT

Rjukan liegt in einem so tief eingekerbten Tal, dass die Menschen im Winterhalbjahr nie einen Sonnenstrahl sahen. Große Spiegel hoch oben am Berg ändern dies nun und reflektieren das Sonnenlicht, das den Marktplatz erleuchtet. (▶ **S. 289**)

6. »GESCHREI«

... und nicht »Der Schrei« hat Edvard Munch sein bekanntestes Gemälde betitelt – gleich vier Mal, denn so oft hat er das Motiv zwischen 1893 und 1910 gemalt. Die erste Version hängt im neuen **Nationalmuseum in Olso,** zwei weitere im **Munch Museet,** die vierte ist in Privatbesitz in den USA. (▶ **S. 259, 263**)

Kunst auf der grünen Wiese ...

Skulpturenpark Nordland

... findet man an der Nordwestküste bei Eggum. Nach einem kurzen Fußweg erblickt man die Eisenskulptur »Der Kopf« des Schweizers Markus Raetzt: Als klassisches Portrait blickt sie zum Meer, während sie von der Bergseite auf dem Kopf zu stehen scheint. Sie ist eine von 33 Skulpturen des Projekts Skulpturlandschaft Nordland, fünf davon stehen auf den Lofoten (▶ Baedeker Wissen, S. 148).

Flakstadøy

Eine Kirche aus Treibholz

Ramberg

An der Nordwestküste der Insel Flakstadøy liegt der kleine Ort Ramberg. Dem offenen Meer zugewandt, haben die 300 Einwohner Blick auf den herrlichen, weißen Sandstrand von Ramberg. Unweit östlich steht die **Kirche von Flakstad** mit Zwiebelturm, 1780 aus Treibholz erbaut. Im Ort und in der Umgebung finden sich interessante Kunstgewerbe- und Kunsthandwerksbetriebe. Flakstadøy ist mit der Nachbarinsel Moskenesøy durch eine Hängebrücke verbunden.

Sund

13 km südlich von Ramberg lohnt sich in Sund der Besuch im Fischereimuseum, wo der **Schmied von Sund** Tor-Vegard Mørkved die handgeschmiedeten »Königskormorane« herstellt – ein begehrtes Souvenir.
Mitte Mai – Aug. tgl. ab 10 Uhr | www.smedenisund.no

Das schönste Dorf auf den Lofoten


Nusfjord

Wer ein klassisches Lofotenmotiv sucht, findet es garantiert in Nusfjord, denn hier rahmt den hufeisenförmigen Hafen rund ein **Dutzend roter Rorbuer** ein. Platz ist hier Mangelware, und so schmiegen sich die Häuser am Ufer des Fjords Bottelvika unter die schroffen Berge, von denen der höchste, der Tønsåsheia, immerhin 769 m hoch aufragt. Mittlerweile leben nur noch rund 100 Menschen in Nusfjord, das im Sommer als **Freilichtmuseum** sehr viele Besucher anlockt. Statt Fisch anzulanden, wird dann am Pier Bier gezapft, und sämtliche Rorbuer um den Hafen werden als Feriendomizil vermietet.
Nusfjord wird schon im 16. Jh. als Fischerdorf erwähnt. Sein wirtschaftlicher Aufstieg begann Mitte des 19. Jh.s, als die Familie Dahl das Dorf samt 200 ha Land vom Königshaus erwarb und es zu einem wichtigen Fischhandelsplatz ausbaute. Viele der Häuser stammen noch aus dieser Zeit. Außerdem gibt es noch ein denkmalgeschütztes Kraftwerk, historische Wirtschaftsgebäude, ein kleines Museum zur Stockfischproduktion sowie einen nostalgischen Kolonialwarenladen.
Dass auch die **Fischerei** in Nusfjord noch eine Rolle spielt, sieht man vor allem zwischen Februar und April, wenn sich die Holzgestelle um den Ort immer mehr mit Kabeljau füllen, der dann später als Stockfisch nach Italien, Portugal und Spanien exportiert wird.



Moskenesøy

Ganz am Ende

Reine und Å

Moskenesøy bildet den südlichen Abschluss der Inselkette. Je näher man dem Ende der Panoramastraße kommt, desto wilder und majestätischer ragen die zum Teil über 1000 m hohen Berge auf. Die Außenseite der Insel ist verlassen, aber an der Innenseite reihen sich die Fischerdörfer entlang der E 10. Hamnøy, Reine und Å zählen zu den bekanntesten Fotomotiven der Lofoten. Die Hauptorte Hamnøy und Reine liegen auf mehreren durch Brücken verbundenen Inseln am Kirkefjord, wegen der Nähe zu den schroffen Granitbergen sind sie Lieblingsaufenthalt vielr Maler und Bergsteiger.
Der kleine Ort **Å** rund 10km südwestlich ist der Endpunkt der Lofotenstraße. Das Schild mit dem kürzestmöglichen Ortsnamen ist ein beliebtes Souvenir. Der ganze Ort nennt sich Museum und ist doch bewohnt, denn hier erinnert noch viel an die Hochzeit des Walfangs und der Dorschfischerei. Im Stockfischmuseum in einem alten Speicher im Hafen erfahren Besucher, in welche Güteklassen Stockfisch eingeteilt wird, wer die Abnehmer sind und welche Ansprüche ein erstklassiger Trockenfisch erfüllen muss. Von den Anhöhen über dem Ort blickt man auf den Gezeitenstrom **Moskenestraumen** zwischen dem Kap Lofotodden und der Insel Mosken. Jules Verne und Edgar Allan Poe beschrieben ihn als furchterregenden **»Mahlstrom«**.

Værøy und Røst

Ein Vogelparadies

Mostadgebirge

Von Reine aus kann man eine Bootsfahrt zu der südwestlich gelegenen Insel **Værøy** machen, auf der nur etwa 700 Menschen wohnen. Im Süden erhebt sich das Mostadgebirge steil über dem verlassenen Ort **Mostad**. Diese Berge sind ein Vogelparadies, in dem von Mai bis August **über eine Million Vögel** brüten: in der Mehrzahl Papageitaucher, aber auch Larventaucher, Lummen, Scharben, Stummelmöwen und Seeadler. Man erreicht die Vogelberge mit dem Boot vom Ort Værøy. Auf der Insel gibt es die letzten Exemplare einer merkwürdigen Hunderasse mit sechs Zehen, **Papageitaucherhund** genannt, da er zur Jagd auf die Vögel benutzt wird.

Die größte Vogelkolonie Norwegens



Vogelfelsen

Von Moskenes auf Moskenesøy und von Bodø via Værøy bestehen Fährverbindungen zum letzten Außenposten der Zivilisation: der fast 100km vom Festland entfernten **Inselgruppe Røst**. Mehr als 300 Inseln, Holmen und Schären, knapp 600 Einwohner und im Sommer **2,5 Millionen brütende Seevögel** sind der Steckbrief der Inselgruppe. Die größte Insel **Røstland** ist flach wie ein Brett und besteht aus

Weiden, Mooren und Tümpeln. Nur die Vogelfelsen Vedøy, der 259 m hohe Storfjell, Stavøy, Trenyken und Hernyken ragen steil aus dem Meer auf. Auf ihnen brütet im Sommer die größte Nistvogelkolonie Norwegens. Lundevögel, zu denen die Papageitaucher gehören, bieten Ornithologen und Naturliebhabern ein einmaliges Schauspiel, wenn sie zur Brutzeit ein Höllenspektakel auf den Felsen veranstalten. Neben Papageitauchern leben hier Dreizehenmöwen, Krähenschaben, Basstölpeln und Austernfischern auch seltene Arten wie die große und die kleine Sturmschwalbe sowie Eissturmvögel.
Von Røstland starten in der Saison Bootstouen zu den Vogelfelsen und auch zum südwestlichsten Außenposten der Lofoten, dem Inselchen **Skomvaer**, wo seit 1887 ein 37 m hoher Leuchtturem den Schiffen ihren Weg weist.

Fähren nach Røst: www.torghatten-nord.no
Bootsausflüge: www.day-at-sea.com | ab Røst Bryggehotell u.a zu den Vogelfelsen und nach Skomvaer

LYNGENFJORD

Gebiet: Nordnorwegen



Der Lyngenfjord zählt zu den großartigsten Fjorden Norwegens. Zwischen ihm und dem Ullsfjord reckt sich die Lyngenhalbinsel weit ins Meer hinaus. Auf ihr erheben sich die alpinen, teilweise von Gletschern bedeckten Lyngsalpen – ein fast menschenleeres, wildes Wander- und Klettergebiet.



Wer auf der E 6 von Skibotn in Richtung Norden fährt, genießt für viele Kilometer einen Panoramablick auf die **Lyngenhalbinsel**, die zwischen Lyngenfjord und Ullsfjord weit ins Meer ragt. Die E 6 schlängelt sich am Ostufer des Lyngenfjords durch kleine Dörfer und teilweise saftig grüne Wiesen unterhalb waldbedeckter Berghänge, während am Westufer die steilen, schroffen Berge bis ans Meer reichen. Das Herz der Halbinsel bildet die rund 90 km lange arktische Gebirgskette der **Lyngsalpen**. Den höchsten Punkt erreichen Sie mit dem Jiekkevarre (1834m). Zwischen diesen teilweise in den Gipfelregionen vergletscherten Bergriesen liegen grüne Täler und schmale Fjordarme.
Für einen Abstecher von der E 6 zu den Lyngsalpen nimmt man in Olderdalen die Fähre nach Lyngseidet, auch von Tromsø erreicht man die Halbinsel nur mit der Fähre (Breivikeidet – Svensby). Die einzige Straßenverbindung verläuft entlang der Westküste der Lyn-

LYNGENFJORD ERLEBEN



VISIT LYNGENFJORD
Nordkalottsenteret, 9143 Skibotn
Tel. 77 21 08 50
www.visit-lyngenfjord.com



Riddu Riđđu: Jährlich im Juli verwandelt sich das Örtchen Manndalen in ein riesiges Festivalgelände mit 5000 Besuchern, die indigenen Musikern aus aller Welt zuhören (wie Mari Boine und Angélique Kidjo). Mit Workshops, Theater, Film, Literatur, typischem Essen (www.riddu.no/nb).

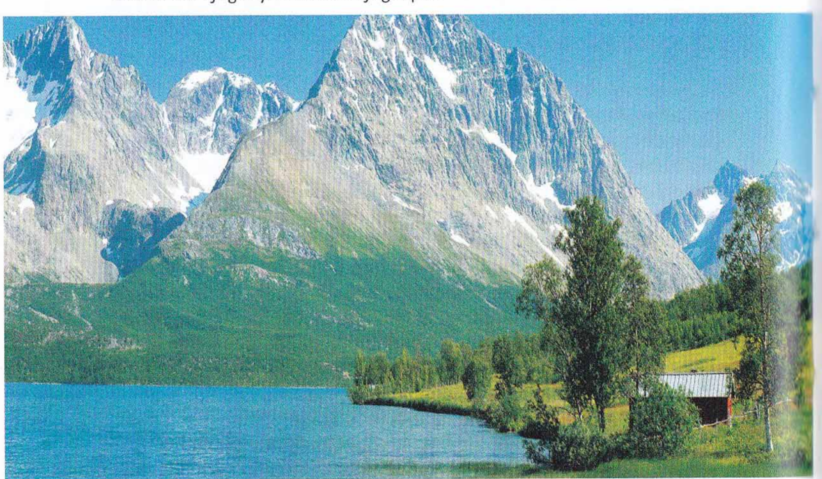


BIOS CAFÉ €-€€€
Gemütlich am offenen Kaminfeuer sitzen, Steinbeißerfilet mit Königskrabbensauce und grünem Spargel oder einen Salat mit Königskrabben genießen: Bios Café ist ein guter Platz, um mal einen Essensstopp einzulegen.
Sentrum 5
Storslett
Tel. 77 76 50 40
www.bioscafe.no



HOTELL MARITIM €€€
Unweit des Hurtigruten-Anlegers bietet dieses kleine Hotel zweckmäßig eingerichtete Zimmer und ein meist gut besuchtes Restaurant.
Strandveien 35
Skjervøy
Tel. 77 76 03 77
www.hotell-maritim.no

Zwei schroffe Schönheiten treffen sich und geben zusammen ein sagenhaftes Bild ab: der Lyngenfjord und die Lyngsalpen.



genhalbinsel. In der Region gibt es ganzjährig ein großes Angebot an Naturaktivitäten wie Wandern unter der Mitternachtssonne, Angeln, Walsafaris, Hunde- und Rentierschlittenfahren, Eisklettern, Skifahren und Nordlichtsafaris. Kultureller Höhepunkt ist das alljährliche indigene Festival **Riddu Riđđu** im Juli in Manndalen.

Östliches Ufer des Lyngenfjords

Mit schönem Blick auf den Lyngenfjord

Storfjord

Durch das bergumrahmte Tal des Nordkjoselvs mit seinen typisch nordnorwegischen Birkenwäldern führt die Strecke nach Oteren am Südende des Storfjords, des südlichen Arms des Lyngenfjords. Südöstlich thronen die gezackten Rücken des Mannfjell (1533 m) und des Otertind (1360 m), der mit seiner Doppelpyramide auch das **»arktische Matterhorn«** genannt wird. Drei Kilometer nordöstlich von Oteren zweigt ein Weg ins von mächtigen Bergen umgebene Signaldalen ab, ein markierter Wanderweg führt zur Gebirgshütte Gappohytta (4 Std.). Bei Falsnes eröffnet sich ein prachtvoller Blick auf den Lyngenfjord und den vergletscherten **Jiekkevarre**, den höchsten Gipfel der Lyngsalpen auf der Westseite des Fjords.

Felle und Rentierfleisch gegen Schnaps und Tabak

Skibotn

Der kleine Ort Skibotn war bereits im 17. Jh. ein wichtiger Marktplatz schwedischer und norwegischer Handelsleute und der Samen. Die Gebirgssamen kamen mit Fellen, Rentierfleisch, Eisen und landwirtschaftlichen Produkten und tauschten diese Waren gegen Fisch, Schnaps und Tabak ein.

Hoch zum heiligen Berg der Sámi

Abstecher nach Finnland

Südlich von Skibotn zweigt die E 8 in Richtung Finnland ab. Durch das bewaldete Tal des fischreichen Skibotnelvs und vorbei am Rovijokfoss erreicht man am Südende des Sees **Galgojavvre**, ein Sommerlager der Skibotner Samen. Hier befindet man sich unweit des **Dreiländerecks** von Schweden, Norwegen und Finnland. Schon in Finnland liegt der markante **Saanatunturi**, der heilige Berg der Sámi; der 1029 m hohe Berg kann in gut zwei Stunden bestiegen werden.

Schöne Ausblicke

Olderdal

Wenige Kilometer weiter nördlich lohnt ein Blick zum Südufer: Hier stürzen die Wasserfälle des **Isfjell** aus 800 – 900 m Höhe senkrecht in den Fjord. Die nächste größere Ortschaft ist Olderdal, das Gemeindezentrum der Kommune **Kåfjord**. Von hier kann man entweder der landschaftlich schönen Strecke am Ostufer des Lyngenfjords, die immer wieder herrliche Ausblicke bietet, in Richtung Rotsund weiter folgen oder in 40 Minuten mit der Fähre nach Lyngseidet am West-

ufer des Fjords übersetzen. In Langslett zweigt die RV 866 zum idyllischen Fischerort **Skjervøy** ab. Vom Hafen dieses alten Handelsplatzes, in dem täglich die Schiffe der Hurtigruten anlegen, hat man einen wunderschönen Blick auf den Fjord **Kvænangen** und die rund um den Gletscher **Øksfjordjøkul** liegenden Berge.

Westliches Ufer des Lyngenfjords

Bergsteigerparadies

Store Jægervasstind

Lyngseidet eignet sich als Ausgangspunkt für Wanderungen in der Bergwelt der Halbinsel. Nördlich von Lyngseidet ragt imposant der Store Jægervasstind 1596 m in den Himmel. Dieser mächtige Berg ist ein wahres Bergsteigerparadies. Obwohl ihn der Engländer William S. Slingsby bereits 1898 bezwang, empfinden es viele Bergsteiger als Herausforderung, neue Aufstiegsrouten zu erkunden. Ein guter Ausgangspunkt dafür ist die **Jægervasshytta** am Jægervatnet im Westen.



MANDAL

Gebiet: Südnorwegen | **Einwohnerzahl:** 11 100

B 4

Bei schönem Wetter strömen alle in Mandal zum Sjøsanden, der zweifellos zu den schönsten Stränden Norwegens zählt. Richtig rund geht es in dem hübschen Südküstenstädtchen aber erst beim jährlichen Schalentierfestival im August, bei dem man es sich ganz und gar gut gehen lässt.

An der »norwegischen Riviera«

Wem der Sjøsanden, der fast einen Kilometer lange Sandstrand von Mandal, zu voll ist, kann auf einem ausgeschilderten Weg entlang der Küste zu den **Sørland-Klippen** gehen. Unterwegs gibt es viele kleine Badebuchten, wo deutlich weniger los ist. Die zweite Sehenswürdigkeit der südlichsten Stadt an der »norwegischen Riviera« sind die engen Gassen der Altstadt mit vielen denkmalgeschützten weißen Holzhäusern. Einst bildeten Holz aus den großen Eichenwäldern der Gegend und Lachs aus dem Mandalselva die Grundlage des wirtschaftlichen Wohlstands, den man der Stadt noch heute ansieht. Sowohl Holz als auch Fisch wurden im 17. und 18. Jh. im Hafen von Mandal, einem der ältesten Norwegens, verladen. Der geräucherte Mandallachs war sogar in ausländischen Königshäusern eine begehrte Delikatesse.

MANDAL ERLEBEN



MANDAL TURISTINFORMASJON
Havnegata 2, 4515 Mandal
Tel. 38 27 83 00
www.visitsorlandet.com/lindesnes /mandal



Der **Sjøsanden** gilt als größter Strand Norwegens. Hier finden auch regelmäßig Beachvolleyballturniere bis hin zu Meisterschaften statt.



Beim **Schalentierfestival** im August wird ein mehrere hundert Meter langer Straßentisch voller Meeresdelikatessen aufgebaut (www.skalldyrfestivalen.no).



UNDER €€€€
Das Architekturbüro Snøhetta zeichnet für das erste Unterwasserrestaurant Norwegens verantwortlich. Gut 5 Meter unter dem Wasserspiegel kann man beim Verspeisen von frischestem Fisch und Meeresfrüchten durch Acrylglasfenster lebendige Exemplare in ihrer natürlichen Umgebung beobachten. Spektakulär! Buchung nur online.
Bålyveien 48, Lindesnes
https://under.no

KJØBMANDSGAARDEN €€-€€€
Die Einrichtung ist schlicht, aber gemütlich, das Essen wirklich gut. Weil auch die Einheimischen das Restaurant gern besuchen, ist eine Reservierung zu empfehlen. Das Hotel im Haus vermietet einfache Zimmer.
Store Elvegate 57
Tel. 38 26 12 76
www.kjobmandsgaarden.no

HR. REDAKTØR €€-€€€
Nicht nur Zeitungsleute sind angesprochen: Im Herrn Redakteur können alle speisen, die Wert auf gute Küche und gemütliche Atmosphäre legen. Im Sommer ist die Terrasse geöffnet, es gibt auch eine Bar.
Store Elvegate 23A, Mandal
Tel. 38 27 15 30, https://red.no



PAULSENS HOTELL €€€
Wohnen und essen wie anno 1894 können Gäste in dem mit viel Liebe zum Detail originalgetreu hergerichteten Haus: Zimmermädchen in zeitgenössischer Kleidung wecken die Gäste, Nachthemden und Schlafmützen liegen in den Zimmern bereit. Die Ausstattung lässt keine Wünsche offen, aber die Moderne hält sich dezent im Hintergrund.
Grøndokka 13, Lyngdal
Tel. 40 04 40 05
www.paulsens-hotell.com

Wohin in Mandal und Umgebung?

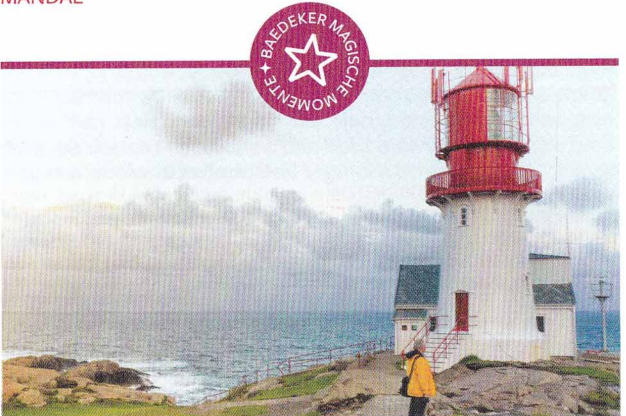
Eine der größten Holzirchen Nordeuropas



Altstadt von Mandal

Eines der schönsten Gebäude von Mandal ist der alte **Kaufmannshof Andorsengården** (1801), heute Stadtmuseum mit Segelschiffgalerie, Fischereimuseum und einer Gemäldesammlung Man-





DER SÜDLICHSTE PUNKT

Zum Nordkap wollen die meisten, aber wer kennt schon den südlichsten Punkt Norwegens? Kap Lindesnes ist ein wunderbarer Platz zum Träumen, vor allem, wenn die Sonne untergeht und die Wellen bei Sturm hoch gegen die Küste schlagen. Unbedingt noch einen kleinen Spaziergang einplanen und die faszinierende Küstenlandschaft mit ihren glatt polierten, fast vegetationslosen Felsbuckeln im Licht der tief stehenden Sonne genießen (▶ S. 217).

daler Künstler, u. a. von Adolf Gustav Vigeland (▶ Interessante Menschen). Der **Amtmannshof Skrivergården** von 1766 ist von einem sehr hübschen Park des deutsch-dänischen Gärtners Ludvig Blumenthal umgeben. Die von Jørgen Gerhard Løser im Empirestil errichtete **Mandal kirke**, geweiht 1821, ist mit 1800 Sitzplätzen eine der größten Holzkirchen Nordeuropas.

Lebendiges Künstlerzentrum

Nedre Malmøy

Im Stadtteil Nedre Malmøy hat sich in einer ehemaligen Möbelfabrik ein Künstlerzentrum etabliert. In der **Kulturfabrikken** arbeiten viele Künstler und Kunsthandwerker; es wird ein breites und lebendiges Programm geboten.

Kulturfabrikken: Keiser Nicolausgate 8 – 12

Kultur und gute Aussichten

Buen kulturhus, Uranienborg

Den Beweis, dass auch moderne Architektur sehenswert sein kann, bietet das 2012 direkt am Wasser eröffnete Buen kulturhus, das Bibliothek, Kunstgalerie, Kino, Theater- und Konzertbühne und auch die Touristeninformation beherbergt. Für einen Blick über Mandal bietet sich der kurze Aufstieg zum Aussichtspunkt Uranienborg an, die Treppe beginnt etwas versteckt in der Torjusheigata zwischen den Häusern Nr. 12 und 14.

Buen kulturhus: www.buenkulturhus.no

Der südlichste Punkt des norwegischen Festlands


Kap Lindesnes

Ca. 40 km westlich von Mandal liegt auf 57° 58' 43" nördlicher Breite Kap Lindesnes, der südlichste Punkt des norwegischen Festlands, genau 2518 km vom Nordkap entfernt. Bereits 1655 wurde hier Norwegens erster Leuchtturm gebaut. Bei schönem Wetter hat man vom neuen Leuchtturm einen wunderschönen Blick bis Mandal im Osten und zur Ebene Lista im Westen. Die **bizarr-kahle Küstenlandschaft** rund um Kap Lindesnes lohnt den einen oder anderen Fotostopp.

»Holländerstadt«

Flekkefjord

Die »Holländerstadt« von Flekkefjord (80 km nordwestlich von Mandal) mit ihren engen Gassen und schön restaurierten, weißen Holzhäusern wurde im 18. Jh. angelegt, als dort der Holzhandel mit Holland florierte. Eines der schönsten Gebäude ist das Grand Hotel inmitten der Altstadt mit seiner weißen Holzfassade, die mit Erkern und Türmchen verziert ist. Zu den Attraktionen gehören auch mehrere schöne Badestrände in der Schärenlandschaft auf der Insel Hidra im Süden von Flekkefjord.

Dem Meer so nah

Küstenstraße gen Norden

Der Nordsjøvegen ist zwischen Kristiansand und Stavanger eine Alternative für Reisende mit etwas mehr Zeit, die den Salzgeruch des Meeres in der Nase spüren möchten. Der abwechslungsreichste Abschnitt dieser schönen Küstenstraße beginnt in Flekkefjord und führt bis Stavanger.



MJØSA

Gebiet: Ostnorwegen | **Höhe:** 124 m ü. d. M.



Der Mjøsa ist der größte See Norwegens, eingebettet in eine fruchtbare Landschaft mit vielen stattlichen Bauernhöfen. Ein besonderes Erlebnis verspricht die Fahrt mit dem »Skibladner«, ist es doch immerhin der älteste Raddampfer der Welt, der noch in Betrieb ist.

MJØSA ERLEBEN



GJØVIK TURISTINFORMASJON
Jernbanegtorget 3
2821 Gjøvik
Tel. 61 14 67 10
www.visit-innlandet.no



Eine Tour mit dem **»Skibladner«**, dem ältesten noch in Betrieb befindlichen Raddampfer der Welt, ist von Ende Juni bis Mitte August möglich. An Bord werden Mahlzeiten und Getränke serviert (tgl. außer montags, ab 195 NOK, bis 12 J. frei; www.skibladner.no).



GJØVIK SJOKOLADE €€
Natürlich kann man hier auch einfach nur einen Kaffee oder Cappuccino trinken. Aber schwach werden ist vorprogrammiert: Die Fülle an köstlichen süßen Sachen in der Schokoladenfabrik ist überwältigend. Nichts für Diabetiker (So. geschl.).
Storgata 6
Gjøvik
Tel. 61 13 28 70
https://gjoviksjokolade.no



QUALITY HOTEL STRAND €€€
Das Quality Hotel Strand ist ein zentral gelegenes, modernes Haus mit allen Annehmlichkeiten wie einer schönen Spa und dem Big Horn Steakhouse.
Elvegate 2 – 4
Gjøvik
Tel. 61 13 20 00
www.nordicchoicehotels.no

Norwegens größter See

Seit 1856 fährt das betagte, aber sorgfältig restaurierte Schiff mit nur elf Jahren Unterbrechung auf dem Mjøsa. 1888 wurde es etwas vergrößert und mit einer stärkeren Maschine ausgestattet, statt Dampf wird der »Skibladner« heute mit Öl angetrieben, aber dies tut der wunderbar nostalgischen Atmosphäre an Bord keinen Abbruch. Liebevoll nennen die Norweger das Schiff den **»Weißen Schwan vom Mjøsa«**.

Wenn im Frühsommer das vom Norden kommende Schmelzwasser in den Mjøsa fließt, erhält der 365 km² große See eine ganz besondere, grünliche Farbe. Rund um Hamar und Stange, in der »Kornkammer Norwegens«, fallen im Sommer vor allem die großen, wogenden Kornfelder und die stattlichen, rot gestrichenen Bauernhöfe ins Auge. Weiter nördlich, wo der bis zu 443 m tiefe See nur noch zwei Kilometer breit ist, erhält man bereits einen Vorgeschmack auf das von steilen Berghängen umgebene, fruchtbare Gudbrandsdal. Die Höfe liegen nun auf grünen Wiesen unterhalb bewaldeter, steiler Hänge, die in eine karge Berglandschaft übergehen.

An den Seeufern liegen drei größere Städte: am Ostufer ▶ Hamar, am Westufer Gjøvik und am Nordzipfel ▶ Lillehammer.



Auch noch nach über 160 Jahren gleitet der »Skibladner« als »Weißer Schwan« über den Mjøsasee.

Wohin am Mjøsa-See und Umgebung?

Geschichtsträchtiger Ort

Eidsvoll 1814

Wenige Kilometer südlich des Mjøsa steht östlich der E 6 eines der Nationalheiligtümer Norwegens: das alte Herrenhaus von Eidsvoll, in dessen Reichssaal 112 Repräsentanten des Landes am 17. Mai 1814 Norwegens erste Verfassung verabschiedeten.
Magovegen 13 | Juli tgl. 10 – 16, sonst Di. – Fr. 11 – 15, Sa./So. 11 bis 16 Uhr | Eintritt: 160/80 NOK | www.eidsvoll1814.no

Abstecher ins Freilichtmuseum

Toten Økomuseum

Am Südende des Mjøsa zweigt die RV 33 in Richtung **Gjøvik** ab. Auf den ersten 40 km schlängelt sie sich teilweise unterhalb von steilen Berghängen direkt am See entlang. Nördlich von Skreia steht die **Balke-Kirche** (1200), eine hübsche Steinkirche mit Altarschrank und Heiligenfiguren aus dem 13. Jahrhundert. Lohnenswert ist ein

Abstecher zum Gut Stenberg (1790), in dessen Park das **Freilicht-museum** der Region Toten (Toten Økomuseum) angelegt ist.

Viele kleine Museen

Mjøsmuseet

In Kapp, Minnesund, Gjøvik und anderen Orten rund um den See sind einige kleinere Museen eingerichtet, die als »Mjøsmuseet« zusammengefasst sind, etwa der **historische Bauernhof Gjøvik gård**, das **Freilichtmuseum Eiktunet** mit historischen Gebäuden von 1650 bis 1850 oder das **Schifffahrtsmuseum Mjøssamlingene** in Minnesund, das u. a. die Geschichte der Flößerei dokumentiert.
www.mjosmuseet.no

Eishockey im Fels

Fjellhall

Während der 17. Olympischen Winterspiele 1994 erhielt **Gjøvik** (20 600 Einw.), der Hauptort der Region Toten, eine bisher nie dagewesene Aufmerksamkeit. In der 120 m tief in den Berg gesprengten Olympischen Felsenhalle im Zentrum der Stadt wurden nämlich alle Eishockeyspiele ausgetragen. Mit einer Grundfläche von 5550 m² und 5830 Sitzplätzen ist die Halle **die größte in Fels gebaute Zuschauerhalle der Erde**. Für die Sprengungen wurden 170 Tonnen Dynamit benötigt. Was an Steinmassen übrig blieb, verbaute man zur Gjøviker Strandpromenade.

Norwegens fruchtbarste Region

Ostufer

Am Ostufer schlängelt sich die gut ausgebaute E 6 zuerst ca. 20 km wunderschön oberhalb des Mjøsa entlang, bevor sie sich vom See entfernt und durch Birken- und Kiefernwälder, in denen häufig Elche zu beobachten sind, in Norwegens fruchtbarste **Region um Stange** und ► Hamar führt. Die **Kirche** (1250) westlich von Stange zählt zu den bedeutendsten des Mittelalters in Hedmark. Ausnehmend schön sind die Glasmalereien. Richtung Seeufer liegen zahlreiche Bauerngüter (storgårder), deren Gebäude oft aus dem 18. Jh. stammen und vom Reichtum dieser fruchtbaren Gegend zeugen.

Zwei Wege, ein Ziel

Weiter nach Lillehammer

Auf der Schnellstraße zweigt wenige Kilometer hinter Brummundal ein Weg zur dreischiffigen **Steinbasilika von Ringsaker** (1150) ab. Die Kalkmalereien im Chor stellen Olav den Heiligen dar, der Anfang des 11. Jh.s teils mit Gewalt das Christentum in Norwegen einführte. Ein wirkliches Kleinod ist der altflämische, bemalte Schnitzaltar von 1530. Vorbei am **Prøysenhuset** mit auch für Kinder interessanten Ausstellungen über Alf Prøysen (1914 – 1970), Norwegens bekanntestem Komponisten und Verfasser volkstümlicher Lieder, führt die E 6 über die 1420 m lange **Mjøsa-Brücke** (Maut) auf die Westseite des Sees und weiter nach nLillehammer. Wer auf der Ostseite bleibt, kann durch Moelv hindurch auf der

alten Europastraße, die sich idyllisch oberhalb des Sees entlangschlängelt, bis nach ► Lillehammer weiterfahren.

MO I RANA

Gebiet: Nordnorwegen | **Einwohnerzahl:** 19 100



Mag Mo i Rana wenig spektakulär und eher Durchgangsstation sein – für den nahen Svartisen, Norwegens zweitgrößten Gletscher, und für die Grotten in seiner Nähe sollte man sich jedoch Zeit nehmen.

Von Highlights umgeben

Die **Holzkirche** von 1724 ist das älteste erhaltene Bauwerk von Mo i Rana, ansonsten gibt es in der größten Ortschaft der Region Helgeland am Ende des Ranafjords nur Nachkriegsbauten.
Nach dem Zweiten Weltkrieg wuchs die Stadt explosionsartig, denn um die Abwanderung aus Nordnorwegen zu stoppen, hatte das Parlament Mo i Rana als Standort für ein neues Eisenschmelzwerk auserkoren. Die Energie lieferte ein Kokswerk, das mit Kohle aus Spitzbergen befeuert wurde. Heute ist hier der **der größte Industriepark des Landes** angesiedelt mit rund 120 Firmen. Die Stadt lebt in erster Linie von Industrie, Gewerbe und Administration, der Tourismus spielt in Mo i Rana nur eine eher untergeordnete Rolle.
Eine ziemlich kuriose Sehenswürdigkeit sollte man sich aber nicht entgehen lassen, den »Havmannen«. Der **»Mann vom Meer«** ist eine westlich des Zentrums im Meer stehende, 11 m hohe und 60 Tonnen schwere Skulptur, der bei Flut das Wasser bis zu den steinernen Schenkeln reicht, bei Ebbe aber nur um seine Knöchel plätschert. Der »Havmannen« ist ein Werk des englischen Künstlers Antony Gormly und wurde 1995 im Rahmen der Skulpturenlandschaft Nordland in Ufernähe platziert. Das **Kulturfestival »Havmanndagene«**, das jedes Jahr im Mai in der City stattfindet, wurde durch den »Mann vom Meer« inspiriert.

Südlich von Mo i Rana

Ein steinzeitlicher Skiläufer

Mosjøen, Tro

Die malerische **Sjøgata** direkt am Vefsnfjord im kleinen Industrieort Mosjøen (91 km südwestlich von Mo i Rana) ist mit ihren etwa 100 wunderschön restaurierten Holzhäusern aus dem 18. und 19. Jh. Nordnorwegens längste und besterhaltene historische

ZIELE
MO I RANA



Der Nationalpark Saltfjellet-Svartisen ist ein Dorado für Wanderer. Im Westen können Sie dem zweitgrößten Gletscher Norwegens, dem Svartisen, nahe kommen. Angesichts der mächtigen Eismassen fühlt man sich fast zwergenhaft.

Stadtstraße. Westlich von Mosjøen liegt inmitten der Fjordlandschaft die kleine Insel Tro, die man mit der Fähre von Tjøtta erreicht. Hier ist die älteste Darstellung eines Skiläufers in Norwegen zu sehen. Die wohl etwa 4000 Jahre alte Felsritzung diente als Vorlage für das offizielle Piktogramm der Olympischen Winterspiele in Lillehammer.

Zum Svartisen-Gletscher

Unbestrittener Höhepunkt dieser Region ist der Svartisen-Gletscher (Svartisen = Schwarzeis), **das größte Firnmassiv Nordskandinaviens**, das bis an die Fjorde im Westen heranreicht. Aus dem 1200 bis 1400 m hohen Plateau ragen einzelne Höhen auf, darunter Snøtind (1599 m), Sniptind (1591 m) und Istind (1577 m).

Vorab in die Unterwelt

Grønligrotta

Von Mo i Rana kommend, biegt man von der E 6 nach Nordwesten Richtung Svartisdalshytta oder Melfjordbotn ab. Die beiden Straßen enden am Fuß eines Svartisen-Ausläufers. Noch bevor man diesen erreicht, lohnt ein Stopp bei den schönsten Höhlen der Gegend. Rund 70 Prozent aller natürlichen Grotten Norwegens liegen in dieser Region. Kalkstein und Marmor, die beiden dominierenden Gesteinsarten, wurden von den zahlreichen Wasserläufen im Gebirge aufgelöst, wodurch Grotten entstanden. Der berühmte Saltfjell-Marmor wird auch heute noch am Rand des Nationalparks abgebaut.

Nur zwei der insgesamt **120 Grotten** dieser Gegend sind für Besucher geöffnet. Die bekannteste ist die Grønligrotta, ein Labyrinth mit verwinkelten Gängen, Höhlenbach, Gletschermühlen und – als einzige Höhle Nordeuropas – Beleuchtung. Die Anfahrt ist ausgeschildert: Abzweigung von der E 6 bei Røssvoll, 13 km nordöstlich von Mo i Rana, 10 Min. zu Fuß zum Grotteneingang.

Führungen: Mitte Juli – Mitte Aug.,stdl. 10 – 18 Uhr, Juni 10, 12 . 14 Uhr | Eintritt: 195/135 NOK | www.gronligrotta.no

Schaurig-schön ...



Setergrotta

Die Setergrotta, in der bei der zweistündigen Führung durch große Berghallen, enge Tunnel und über glitschige Passagen Gummistiefel, Helm, wasserdichte Kleidung und Kopfleuchte (gesamte Ausrüstung wird ausgeliehen) notwendig sind, eignet sich eher für erfahrene Besucher. Mit ihren bis jetzt 2,5 km kartografierten Höhlengängen ist diese **Kalksteingrotte** eine der größten Höhlen des Distrikts. Die Formationen aus Kalk, Eis und weißem Marmor schaffen eine unheimliche Atmosphäre.

Mitte Juni – Mitte Aug., zweistündige Führungen um 15, im Juli auch 11.30 Uhr | Eintritt: 420/350 NOK | www.setergrotta.no

MO I RANA ERLEBEN



MO I RANA TURISTINFORMASJON

O. T. Olsens gate 3,
8602 Mo i Rana
Tel. 75 01 80 00
www.visithelgeland.com



Auf dem Inselchen **Seløy** in der Gemeinde Herøy, rund 100 km südwestlich von Mo i Rana, können Sie auf einer Bootstour zwischen den zahllosen Inseln und Schären und auf dem offenen Meer Seeadler, Kormorane und Seehunde beobachten – ein rasantes und nicht gerade billiges Vergnügen mit einem schnellen Schlauchboot (Buchungen über Seløy Kystferie, Tel. 47 36 60 87, www.seloykystferie.no).
Weitere Ausflüge mit **Tierbeobachtung**, zum Beispiel im Weltkulturerbe Vega-Archipel, vermittelt die Touristinformation.

SØYLEN RESTAURANT €€€-€€€€

Das Restaurant im Traditionshotel Scandic Meyergården im Zentrum serviert beste norwegische Küche; zu den Fischgerichten gehört natürlich Bacalao. Wirklich günstig ist das »Dagens Middag« zwischen 13 und 19.30 Uhr.

Fr. Nansensgt. 28, Mo i Rana
Tel. 75 13 40 85
www.meyergarden.no

KULTURVERKSTEDET €-€€

Vielleicht ist Ihnen das Essen einmal nur Nebensache, und Sie wollen in diesem netten Café einfach nur Kaffee trinken und dabei Bilder einheimischer Künstler betrachten – die Sie auch gleich kaufen können. Jeden Freitag gibt es in der Café-Gallerie Livemusik. Satt essen können Sie sich natürlich trotzdem, denn außer Kuchen gibt es auch kleine regionaltypische Gerichte.

Sjøgata 22 – 24, Mosjøen
Tel. 75 17 27 60
www.kulturverkstedet.net



FRU HAUGANS HOTEL €€€€

Das älteste Hotel Nordnorwegens (gegründet 1794) ist seit mehr als 200 Jahren unter weiblicher Leitung. Es liegt im Zentrum von Mosjøen inmitten eines malerischen Viertels und strahlt auch im Innern reinste Gemütlichkeit aus. Nach beträchtlichen Renovierungen verfügt knapp die Hälfte der Zimmer wieder über ihr historisches Ambiente, ebenso die Bar und die Salons. Im Restaurant Ellen gibt es vorzügliche Gerichte in gemütlicher Atmosphäre.

Strandgata 39
Tel. 75 11 41 00
www.fruhaugans.no

Der zweitgrößte Gletscher Norwegens



Svartisen

Vorbei an den Grotten führt die Straße weiter zum See Svartisvatn, über dem sich das große Firn- und Gletscherfeld des Svartisen, des mit rund 370 km² zweitgrößten Gletschers Norwegens, erhebt. Der Gletscher liegt knapp oberhalb des Polarkreises und gehört zum **National-**

park Saltfjellet-Svartisen. Zwischen den beiden Hauptgletschern, dem Ost- und dem Westeis, liegt das Glomdal. Wie fast alle norwegischen Gletscher schmilzt auch der Svartisen seit Jahrzehnten stark ab, und die Gletscherzungen ziehen sich immer weiter zurück.
In der Hochsaison kann man sich hier ab 10 Uhr bis nachmittags jede zweite Stunde über den tiefgrünen See bringen lassen und durch die herrliche Gebirgsnatur rund 1,5 Std. ca. 4 km zum Gletscherarm Østerdalsisen auf teilweise steiler, felsiger Strecke wandern.
Die westlichen Ausläufer des Svartisen erreicht man von der Küstenstraße RV 17. Der enge ▶ Nordfjord, der mit seinem steil abfallenden Ufer und den unzähligen Wasserfällen bis fast an den Svartisen reicht, gilt als einer der schönsten Fjorde in Norwegen.
Überfahrt Mitte Juni – Ende Aug. zweistdl. zwischen 10 und 14, teils bis 16 Uhr

Über das Saltfjell

Größter und vielfältigster Nationalpark Nordnorwegens

Saltfjellet-Svartisen-Nationalpark

Nördlich von Mo i Rana führt die E 6 durch Dunderlandsdal, Lønsdal und Saltdal am Ostrand des Saltfjellet-Svartisen-Nationalparks entlang. Mit 2250 km² ist er seit 1989 Nordnorwegens größter und gleichzeitig vielfältigster Nationalpark. Begrenzt vom Nordmeer und dem Svartisen-Gletscher im Westen und der schwedischen Grenze im Osten, wird er vom **Polarkreis** durchkreuzt. Die E 6 mit der parallel verlaufenden Bahnlinie zwischen Mo i Rana im Süden und Bodø im Norden ist der einzig sichtbare Eingriff in diese Landschaft und die wichtigste Verkehrsader über eine Hochebene, die im Winter wegen großer Schneemengen nur schwer passierbar ist.
Charakteristisch für das Saltfjell-Gebirge ist das Nebeneinander von Gletscherlandschaft im Westen und weiten Tälern und Höhenzügen im Osten. Die Fahrt über die Hochebene des Saltfjell beeindruckt durch ihre Kargheit. Wer bisher noch kein **Rentier** gesehen hat, könnte Glück haben und einige Tiere sogar auf der E 6 aus dem Auto erspähen. Alte Opferplätze, Fallgruben und Steinbegrenzungen beweisen, dass die **Samen** schon vor Jahrhunderten das Saltfjell-Gebirge als Jagd- und Weidegebiet nutzten.

Auf dem Polarkreis

Polarsirkelsenteret

Etwa 80 km nördlich von Mo i Rana überquert die E 6 den Polarkreis (Polarsirkelen), hier befindet sich das Polarkreis-Zentrum mit Ausstellungen zur Kultur und Wirtschaft Nordnorwegens. Vor dem architektonisch interessanten, einer Samenhütte nachempfundenen Haus steht die **Polarkreis-Säule**, ein beliebtes Fotomotiv.
Saltfjellveien 1850 | Mai – Sept. tgl. 9 – 18 Uhr | www.polarsirkelsenteret.com

Nordlands Informationszentrum

Nordland Nasjonalparksenter

Der Nationalpark wird von einem Netz von Wanderwegen durchzogen, jeweils einen Tagesmarsch voneinander entfernt findet man Selbstbedienungshütten. In Storjord, zwischen den Nationalparks Saltfjellet-Svartisen und Junkerdal, informiert das Nordland Nasjonalparksenter über alle Nationalparks in der Provinz Nordland.
Mi. – Fr. 12 – 15, Sa./So. bis 16 Uhr | www.nordlandsnaturen.no

An der Grenze zu Schweden

Junkerdal

Von Storjord an der E 6 führt die RV 77 durch das ebenso dramatische wie fruchtbare Junkerdal zur schwedischen Grenze. Bei Wanderungen in dieser dicht bewaldeten Landschaft stößt man auf eine interessante Vegetation, zu der neben arktischen Orchideen auch eine Reihe von Pflanzen gehören, die sonst nur in weit südlicheren Breiten gedeihen.

Eine zufällige Entdeckung

Sulitjelma

Von der E 6 bei Fauske gelangt man ostwärts auf der Straße 830 nach Sulitjelma. Nachdem ein Same in den 1880er-Jahren zufällig Erz entdeckt hatte, wurde hier bis 1990 Erz abgebaut. Im Bergwerksmuseum Sulitjelma findet man Zeugnisse einer einzigartigen Epoche in der Geschichte des norwegischen Erzabbaus. Auf den 1571 m hohen **Blåmannsisen-Gletscher** und den 1913 m hohen Suliskongen werden von Sulitjelma aus geführte Bergwanderungen angeboten.
Sulitjelma gruvemuseum: Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 12 – 17 Uhr | Eintritt: 80/20 NOK | www.nordlandsmuseet.no

NARVIK



Gebiet: Nordnorwegen | **Einwohnerzahl:** 14 100

Ihren Wohlstand hat die Stadt Narvik ihrem eisfreien Hafen zu verdanken, an dem Eisenerz aus dem schwedischen Kiruna verschifft wird. Das Erz und der Hafen waren aber auch für ihre Zerstörung verantwortlich ...

Im Krieg zerstört

In keiner anderen Stadt Nordnorwegens kann man sich so ausführlich über die jüngere Geschichte informieren. Im April 1940 sicherte die Besetzung Norwegens den Deutschen den Zugriff auf das schwedische Eisenerz. Großbritannien versuchte, dies zu verhindern, das Ergebnis der bis zum Juni andauernden schweren Kämpfe war eine zerstörte Stadt. Thematisiert werden diese Geschehnisse

im **Kriegsmuseum**. Beim Wiederaufbau in den 1950er-Jahren wurden an Stelle der alten Holzhäuser nüchterne Steinbauten errichtet, deshalb ist wohl auch der Wegweiser links neben dem Rathaus das meistfotografierte Objekt: Wer weiter nach Norden will weiß dann, dass es bis zum Nordkapp immer noch 709 km sind und Hamburg schon 2089 km weiter südlich liegt.

Wohin in Narvik?

Gewaltig

Erzhafen

Ohne Erz gäbe es nicht die Ofotbahn, und ohne Ofotbahn gäbe es nicht Narvik. Für die Verschiffung des schwedischen Eisenerzes aus Kiruna wurde ein eisfreier Hafen benötigt, und so beschloss das schwedische Parlament den Bau einer Bahnlinie zum Ofotfjord im Nachbarland Norwegen: Im November 1902 kamen die ersten Erzzüge im Hafen Narvik an, der heute immer noch von der schwedischen Firma LKBA betrieben wird. In zwölf je 60 m hohen unterirdischen Bunkern wird das Erz gelagert, bevor es auf die Schiffe kommt. Das größte in Narvik beladene Schiff nahm 242 000 t Erz auf; durchschnittlich sind es 75 000 t pro Schiff. Durch die zunehmende Konkurrenz durch billigere Erzanbieter ist der Durchlauf im Hafen in den vergangenen Jahren gesunken.

NARVIK ERLEBEN



NARVIK TURISTKONTOR
Kongensgate 41 – 43, 8515 Narvik
Tel. 76 96 56 00
www.visitnarvik.com



Bei gutem Wetter ist ein Ausflug zur schwedischen Grenze mit der **Ofotbahn** sehr lohnend (in drei Stunden vom Fjord in die arktische Hochgebirgsregion und zurück). Eine tolle Aussicht hat, wer in Fahrtrichtung links sitzt! Abfahrt ist im Hauptbahnhof Narvik.



Jährlich im März feiert Narvik mit Musik, Literatur, Shows und Konferenzen seine **Winterfestwoche**; ihre Geschichte reicht ins Jahr 1956 zurück (www.vinterfest uka.no).



❷ LINKEN RESTAURANT & BAR €€€
Mit weitem Ausblick von der obersten Etage des Hotels Grand Royal können Sie feine norwegische Gerichte mit leichtem französischen Touch probieren.
Kongensgate 64
Tel. 76 97 70 00
www.nordicchoicehotels.no

❶ FISKEKROKEN €-€€
Frischer geht es wirklich nicht: Fangfrischen Fisch direkt vom Markt serviert das nette Restaurant in der Narviker Fischhalle.
Kongensgate 42
Tel. 90 70 99 76



❶ QUALITY HOTEL GRAND ROYAL €€€
Die Zimmer dieses im Zentrum gelegenen Hotels sind sehr modern eingerichtet und bieten jeden Komfort. Im Haus gibt es außer dem Restaurant Linken auch noch einen Pub und einen Nachtclub.
Kongensgate 64
Tel. 76 97 70 00
www.nordicchoicehotels.no



Die Ofotbahn bringt Erze über die schwedische Grenze – und Touristen.

Krieg in Norwegen, Krieg in der Welt

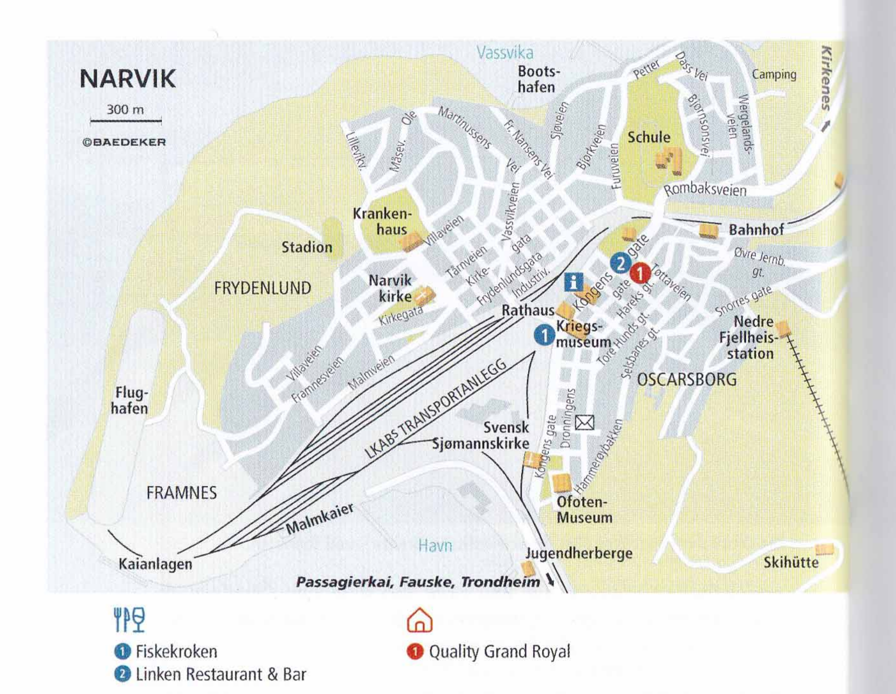
Narvik Krigsmuseum

Gegenüber dem Rathaus dokumentiert das wiedereröffnete, architektonisch ansprechende Kriegsmuseum im Narvikcenter nicht nur die Kriegsereignisse in Norwegen der Jahre 1940 bis 1945 mit Uniformen, Waffen, Orden, Wrackteilen und anderen Ausstellungsstücken, sondern beschäftigt sich auch allgemein mit den Themen Krieg und Frieden sowie Menschenrechte.
Kongensgate 39 | Mitte Juni – Mitte Aug. tgl 10 – 18, sonst Mo. – Sa. 10 – 16, So. 12 – 16 Uhr | Eintritt: 130/55 NOK | www.krigsmuseet.no

In Gedenken

Südlich des Markts

Am Südende der Kongensgate befindet sich die **schwedische Seemannskirche**. Gegenüber erinnert ein Denkmal an die norwegischen Panzerschiffe »Norge« (ihr Anker vor dem Kriegsmuseum) und »Eidsvold«, die im April 1940 versenkt wurden. Das kulturhistorische **Muse-**



1 Fiskekroken
2 Linken Restaurant & Bar

1 Quality Grand Royal

um Nord – Narvik zeigt alles über den Erzhafen. Auf dem **Friedhof** im Osten der Stadt wurden neben 34 britischen 1474 deutsche Soldaten bestattet.

Museum Nord - Narvik: Administrasjonsveien 3 | Mitte Juni - Mitte Aug. Mo. - Sa. 10 - 15 Uhr | Eintritt: 80/40 NOK | www.museumnord.no/en/narvik

Ein lohnender Aussichtspunkt ...

Frammeåsen

... ist der 102 m hohe Frammeåsen, der 20 Min. westlich der Stadt liegt und von dem man einen weiten Blick auf den Ofotfjord und Kongsbaktind hat. Im Süden sieht man die berühmte Gebirgssilhouette »Den sovende Dronning« (Die schlafende Königin).

Rund um Narvik

Wandern und Wintersport

Narvikfjellet

Östlich der Stadt erhebt sich das Narvikfjell, ein Wander- und Wintersportgebiet mit bis zu 1900 m hohen Bergen. Eine Gondelbahn führt zur 656 m hohen Bergstation, wo ein Panoramarestaurant zur rustikalen Küche weite Ausblicke auf den Ofotfjord und die Berge rund um Narvik bietet. Bei klarer Sicht kann man sogar die Lofotenwand erahnen. Fünf Skilifte bringen Wintersportler von November bis April hinauf bis auf 1030 m Höhe. Durch diese Berglandschaft, mit ihren Bächen und Flüssen ein Dorado für Angler, führt auch der nationale Fernwanderweg »Nordlandruta«. Mountainbiker kommen auf der Piste »Røde Orm« auf ihre Kosten.

www.narvikfjellet.no

Von der grünen Fjordlandschaft zum kargen Hochgebirge

Mit der Ofotbahn an die schwedische Grenze

Eisenbahnliebhaber können mit der Ofotbahn einen Ausflug an die schwedische Grenze machen und erleben dabei innerhalb von nur 42 km den Wechsel von der grünen Fjordlandschaft zum kargen Hochgebirge. Wer gut zu Fuß ist, kann auf dem Rallarweg hinunter zum Rombaksbotn wandern.

Über 5000 Jahre alte Felsritzungen

Leiknes, Tømmernes

Auf der Fahrt nach Süden Richtung Bodø kann man hinter Bognes nordostwärts nach Leiknes abbiegen. Hier sind rund 40 Felsritzungen in Tierform erhalten, die 4000 bis 5000 Jahre alt sind (rund 900 m von der RV 814 entfernt). In Tømmernes, ca. 47 km südlich von Bognes, findet man bei **Sagelva** Ritzungen in der Felswand, die 5000, vielleicht sogar 8000 Jahre alt sind.

Ein grüner Zahn und Knut Hamsuns Paradies

Hamarøy

Südlich von Narvik zweigt bei Ulvsvåg die Str. 81 nach Hamarøy ab. Lohnend ist diese Inselgruppe wegen ihrer schroffen Bergwelt, darunter der auffällige Berg Hamarøyskaftet, der wie ein grüner Zahn in den Himmel ragt. Pünktlich zum 150. Geburtstag des norwegischen Schriftstellers **Knut Hamsun** wurde 2009 das architektonisch spektakuläre internationale **Hamsun-Zentrum** in Hamarøy offiziell eröffnet. Hamsun hatte in Hamarøy auf dem Hof Hamsund seine Kindheit verbracht und kehrte immer wieder zurück, um sich inspirieren zu lassen:

»
Viele meiner Geschichten entstanden,
während ich im Wald auf dem Rücken lag. […]
Ich kehrte zu den Tagen meiner Kindheit zurück,
als ich in den Wiesen die Tiere hütete.
Dort erwachte mein Empfinden für die Natur.
«

Hamsunsenteret: Juni - Mitte Aug. tgl. 10 - 18, sonst Di. - Fr. 10 - 15.30, Sa., So. 11 - 17 Uhr, Jan. geschl. | Eintritt: 130 NOK | www.hamsunsenteret.no



NORDFJORD

Gebiet: Westnorwegen

Gletscher, idyllische Fjord- und Fischerdörfer, tiefes, klares Wasser, steile, hohe Berge, einsame Strände, enge, kurvige Straßen und Gletscherzungen – bei einer Fahrt entlang des weit verzweigten Nordfjords, der sich mehr als 100 km von Måløy bis nach Olden ins Land hineinfrisst, erlebt man Westnorwegen von seiner schönsten Seite.

Einer der schönsten Fjorde

Den größten Reiz üben die inneren Verzweigungen des Nordfjords aus, wo das wilde Nebeneinander von Wasserflächen, mächtigem Hochgebirge und weit ins Tal hinunter kalbenden Gletschern eine einzigartige Kulisse bilden.

Am imponierendsten ist die Anfahrt …



Strynefjell

… von Osten über die alte Strynefjellstraße, die beim Grotli Høyfjellshotell von der E 15 abzweigt. Diese museale, weil über 100 Jahre alte Autostraße mit ihren langen Reihen aus Kantsteinen und von Hand errichteten Mauern aus sorgfältig zurechtgeschlagenen Steinen zählt als **Gamle Strynefjellsvegen** zu den Norwegischen Landschaftsrouten. Sie ist 27 km lang und verläuft zwischen Grotli und Videsæter entlang mehrerer Seen durch eine imposante Hochgebirgslandschaft. Unterwegs kann man an zwei Aussichtspunkten stoppen, an den Wasserfällen Videfossen und Øvstefossen. Die Straße führt vorbei am Stryn Sommerskigebiet, mit Sessellift zum Gletscher Tystigen, und über mehrere Haarnadelkurven hinunter ins Videdal und nach Stryn am Nordufer des Innvikfjords, dem inneren Arm des Nordfjords.

Hinein in den Fjord

In der steilsten Pendelseilbahn der Welt

Loen

Größte Attraktion des kleinen Ferienortes Loen am Innvikfjord ist seit 2017 der **Loen Skylift**, der als steilste Pendelseilbahn der Welt gilt. In gut fünf Minuten bringt die Seilbahn ganzjährig Besucher vom Fjord auf den Gipfel des 1011 m hohen Hoven. Vom Restaurant genießt man eine fantastische Aussicht über Berge, Fjorde und Gletscher. Von Hoven starten mehrere gekennzeichnete Wanderwege, ein ganz besonderes Erlebnis bietet für Geübte die **Kletterroute Via Ferrata Loen** mit der Gjølmunnebrua, der längsten Via

Fast wie in den Alpen: die mächtige Bergkulisse um den Lovatn-See

NORDFJORD ERLEBEN



VISIT NORDFJORD
Perhusvegen 24, 6783 Stryn
Tel. 57 87 40 40
(und fünf weitere Turistinformasjonen)
www.nordfjord.no



»Trollbilar«-Fahrten (rund 20 Min., Rundfahrt 1,5 Std., Reservierung erforderlich bei Oldedalen Skyss, Tel. 57 87 68 05, www.oldedalen-skysslag.com) und **Gletscherwanderung** über den Briksdalbre. **Ausritt** auf den Fjordpferden: Die gelbbraunen Fjordpferde (»Fjording«) sehen aus wie größere Ponys und erinnern mit ihrem dunklen Streifen auf dem Rücken und den dunklen Beinen an die letzten Wildpferde der Welt, die Prschewalskipferde in Zentralasien. Einst setzte man sie als genügsame Arbeitstiere ein. Heute können Sie mit ihnen Ausritte in die idyllische Landschaft unternehmen. (Gute Adresse: Norsk Fjordhestcenter in Nordfjordeid, Tel. 57 86 48 00, www.norsk-fjordhestsenter.no).



RESTAURANT CHARLOTTE €€€€
Wer in dieser Gegend ist, sollte das kalte Büfett zwischen 19 und 21 Uhr mit Lachs- und Heringsgerichten, Geräuchertem und traumhaften Nachspeisen nicht versäumen.
Loen, Hotel Alexandra
Tel. 57 87 50 00
www.alexandra.no

VISNES HOTEL €€€
In diesem traditionsreichen Hotel von 1850 werden Sie von Marit und Arvid Otterdal verwöhnt. Das Paar hat eine große Leidenschaft für norwegische Küche, die Rohware stammt überwiegend von Produzenten aus der Umgebung. Sie können bei Marit sogar Weinproben buchen.
Prestestegen 1, Stryn
Tel. 57 87 10 87
www.visneshotel.no



GLOPPEN HOTELL €€€€
Lachsangler fühlen sich seit 1866 in dem gepflegten Hotel wohl. Das im Schweizerstil erbaute, mehrfach ausgezeichnete Haus bietet gediegenen Komfort. Sie können wählen: Historische Zimmer, die geschmackvoll mit alten Möbeln eingerichtet sind, oder Zimmer im nordischen Stil.
Sørstrandsvegen 16, Sandane
Tel. 57 86 53 33
www.classicnorway.no

STRYN HOTEL €€€€
Das moderne, komfortable Hotel direkt am Nordfjord ist idealer Ausgangspunkt für Unternehmungen im Jostedalsgebiet.
Visnesvegen 1, Stryn
Tel. 57 87 07 00
www.strynhotel.no

Ferrata-Brücke Europas. Im Winter kann man vom Hoven mit Schneeschuhen oder Skiern zu Gipfeltouren aufbrechen.
Loen Skylift: Juli – Mitte Aug. tgl. 9 – 23 Uhr, sonst kürzer, im Winter nur am Wochenende | Berg- und Talfahrt 540/285 NOK, Fahrrad zus. 150 NOK. Geführte Via Ferrata-Touren: Loen Active, www.loenactive.no

Mit dem längsten Aufstieg Norwegens
Loen ist ein guter Ausgangspunkt für die Besteigung des 1848 m hohen Skåla. Der Berg thront mächtig über dem Ort und bietet als Herausforderung den längsten Aufstieg Norwegens. Nach 1848 Höhenmetern, teils über Geröllfelder, wartet am Gipfel als Belohnung die vom DNT (Den Norske Turistforening) betreute Selbstbedienungshütte Skålatårnet. In dem historischen Steinturm und in dem Neubau **Skålabu** nebenan kann man übernachten oder sich einen Snack vor dem Abstieg gönnen. Skåla

Per Boot zum Gletscher
Von Loen kann man auch einen Ausflug zum Gletscher Kjenndalsbre machen, der vom Ostende des malerischen Lovatn mit dem Ausflugsboot erreicht werden kann. Kjenndalsbre

Tiefgrün
Über den Innvikfjord und Olden erreicht man den **Briksdalsbre**, einen Ausläufer des ▶Jostedalsbre. Vorbei an der hübschen Olden-Kirche von 1749 schlängelt sich die schmale Straße am Ufer des tiefgrünen Oldensees entlang und endet im Innern des von Wasserfällen und schneebedeckten Bergen umgebenen Tals. Olden

Schöne Ausblicke
Von Olden führt die Weiterfahrt bis Utvik direkt am Innvikfjord entlang und dann in Kehren mit weiten Ausblicken über den Fjord bis auf 630 m ins Utvikfjell hinauf, mit herrlichem Blick auf die Gletscher Geitenyken (1621 m) und Snønipa (1827 m) im Südosten. Utvikfjell

Mit dem größten Grabhügel Westnorwegens
Durch die fruchtbare Landschaft um Byrkjelo, wo schon in der Wikingerzeit Landwirtschaft betrieben wurde, lohnt sich westwärts ein Abstecher in den hübsch gelegenen Ort Sandane – er besitzt ein **Freilichtmuseum** mit 35 alten Gebäuden – im Innern des Gloppenfjords, eines weiteren Seitenarms des Nordfjords. Eine ganz besondere Attraktion ist hier der prachtvolle Panoramablick vom **Aussichtspunkt Utsikten** nordwestlich des Orts. Am Ostufer dieses Fjords wartet ein weiterer Superlativ: Hier befindet sich der **Tinghøgjen**, mit 7 m Höhe und 50 m Breite der größte Grabhügel Westnorwegens. Sandane

Von Stryn nach Måløy

Einer der schönsten Streckenabschnitte ...
... entlang des Nordfjords führt von Stryn hinaus zur Mündung des Nordfjords. Vorbei am 514 m tiefen Hornidalsvatn, **Europas tiefstem See,** führt die RV 15 nach Nordfjordeid. In diesem Mekka der Nordfjordeid

Fjordpferde-Fans findet jedes Frühjahr eine staatliche Hengstausstellung statt.

Der Teufel und die Hexen ...

Hornelen

Bis Måløy, das auf der Insel Vågsøy westlich der Fjordmündung liegt, schlängelt sich die Straße nun direkt am Fjord entlang. Bei Almenningen fällt der Blick auf den senkrecht aus der See aufsteigenden Hornelen (860 m). Der Legende nach trafen sich früher hier, auf **Europas höchster Klippe**, sowohl in der Weihnachts- als auch in der Mittsommernacht die Hexen und der Teufel zum Tanze.

Die Schutzpatronin Westnorwegens

Abstecher zur Insel Selja

Bei Maurstad lohnt ein Abstecher zum **Küstenort Selje**. Bei Badewetter lockt hier ein wunderschöner weißer Sandstrand. Vor dem Ort liegt die Insel Selja mit dem Selje-Kloster. Hier faszinieren nicht nur die Klosterruinen aus dem 12. Jh., sondern auch das einmalige Farbenspiel aus leuchtenden Blautönen des Meeres und sattem Grün der Wiesen. In einer Höhle oberhalb der Ruinen lag das Versteck der irischen Königstochter Sunniva, die vor dem Werben eines heidnischen Königs geflohen war und dort starb. Sie ist die Schutzheilige von Westnorwegen.

Schiffe unterm Berg

Vestkapp

Vom 33 km von Selje entfernten, 496 m hohen Vestkapp, dem westlichsten Gebirgsplateau des Festlands, hat man einen fantastischen Rundblick auf das offene Nordmeer. Für die Schiffe in Richtung Norden beginnt hier eine seit je her berühmt-berüchtigte Schiffspassage über das offene Meer, bei der sie praktisch schutzlos den Stürmen ausgesetzt sind.
Um die stürmischen Gewässer von Stad zu umgehen und diese Schiffspassage sicherer zu machen, entsteht hier ein neues, weltweit einzigartige Projekt: ein 1,7 km langer **Schiffstunnel** durch die Halbinsel. Mit 37 m Höhe und 36 m Breite werden ihn auch die größten Schiffe der Hurtigruten passieren können. 2025 soll er ereröffnet werden.

Wenn es stürmt, ...

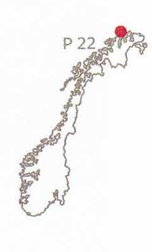
Måløy

... »singt« die 42 m hohe Brücke hinüber nach **Måløy** – bei einer bestimmten Windrichtung – das hohe C. Empfindliche Nasen entdecken schnell, dass die Einwohner von Måløy vor allem von der Fischindustrie leben, befindet sich hier doch einer der wichtigsten Fischereihäfen Norwegens.
Interessant sind der **Kannestein**, ein sanduhrförmiger erodierter Felsen direkt am Meer nordwestlich von Måløy, und der alte Handelsplatz **Vågsberget** mit sieben historischen Gebäuden.



★★ NORDKAP

Gebiet: Nordnorwegen



»Eine Granitsäule erinnert an den Besuch des Königs Oskar II. am 2. Juli 1873. In einem Pavillon wird Sekt zu 8 – 14 Kronen die Flasche verkauft.«. So steht es im Baedeker von 1903. Tourismus gab es also schon vor über 100 Jahren am fast nördlichsten Punkt Europas. Die Champagnerbar gibt es mittlerweile nicht mehr, die Granitsäule schon. Sie steht am Ende der Nordkaphalle, die für Schlechtwettertage erbaut wurde. Am Nordkap ist es nämlich meist bewölkt, regnerisch, neblig und kalt – also ziemlich ungemütlich. Scheint jedoch die Sonne, ist der Blick vom Nordkapfelsen atemberaubend.

»Magere Insel« mit magischer Anziehung

Magerøy bedeutet magere Insel, und genau das ist auch der Eindruck, den Norwegens einzige wirklich arktische Landschaft macht. Während des kurzen Sommers schaffen es die Pflanzen kaum, die Insel mit einem grünen Teppich zu überziehen, Bäume wachsen soweit nördlich gar nicht mehr.
Heute gelangt man durch einen Tunnel auf die Nordkapinsel und kann sein Auto auf einem großen Parkplatz in unmittelbarer Nähe des Nordkaps abstellen. Reisende, die vor gut 100 Jahren hierherkamen, hatten es noch nicht so bequem, doch eine fast magische Faszination übte der kahle Felsen auch damals schon aus. Damals brachte der Postdampfer die Passagiere nur bis zum Fuß des Felsens, den Aufstieg mussten sie dann zu Fuß bewältigen, nachzulesen im **Baedeker »Schweden und Norwegen«** von 1903:

»
Man landet auf der Nordostseite des Kaps in der Hornvik. Ein etwas beschwerlicher Weg, der mit eisernen Stangen und Seilen zum Anhalten versehen ist, führt den begrünten, z. T. sumpfigen und steinbedeckten Abhang hinan. Man braucht etwa 50 Minuten bis oben und dann auf dem Plateau, an einem gespannten Draht entlang, noch 20 Minuten bis zur vordersten Höhe.
«

Auch die E 6 gab es damals noch nicht, so war der Dampfer die einzig praktikable Verbindung. Reisen über Land waren noch äußerst mühselig und langsam, Pferdefuhrwerke, die »Skyds«, waren das einzige Transportmittel. Wie im Wilden Westen gab es im Abstand von 10 – 25 Kilometern in ganz Norwegen »Skydsstationen«, Gasthäuser, an denen die Fuhrwerke gewechselt werden konnten.



Mitternachtssonne am Nordkap –
das Sehnsuchtsziel vieler Norwegenbesucher …

»
Mit Skyds legt man auf ebenem Wege in der Stunde 8 – 10 Kilometer zurück, bergan selbstverständlich weniger [...]. Im Hochsommer mag man 70 – 80 Kilometer auf den Tag rechnen.
«

Nicht umsonst macht Baedeker Reisevorschläge, die mit unserem Jahresurlaub kaum in Einklang zu bringen sind: Mal schnell in drei Wochen zum Nordkap und zurück war zu Beginn des 20. Jh.s noch nicht möglich; wer damals reiste, hatte viel Zeit und Geld.

Wohin am Nordkap?

Nicht ganz korrekt

Magerøya

Magerøya liegt als **nördlichster Vorposten** vor dem skandinavischen Festland. Zwischen tiefen Fjorden schieben sich ihre gewaltigen, zerrissenen Halbinseln in das Eismeer vor; ihre 300 bis 400 m hohen, oben abgeplatteten Vorgebirge fallen oft steil ab. Das auf 71° 10' 21" nördlicher Breite und 25° 47' 40" östlicher Länge gelegene Nordkap (norwegisch Nordkapp) wird gebildet vom steilen nördlichen Absturz der Insel Magerøya. Dieser grauschwarze, von tiefen Rissen durchfurchte Schieferfelsen wird als die nördlichste Spitze Europas besucht. Wirklich korrekt ist das nicht, denn **Kap Knivskjellodden** endet noch ein wenig nördlicher (71° 11' 8" nördliche Breite). Die zu Norwegen gehörende Inselgruppe Spitzbergen (Svalbard) liegt dann noch einmal mehr als 600 km weiter nördlich.

Die äußerste Spitze des Festlands

Nordkinn

So kann man hingegen das zwischen Laksefjord und Tanafjord östlich vom Nordkap gelegene Vorgebirge Nordkinn (auch Nordkyn oder Kinnarodden genannt) bezeichnen (71° 8' 1" nördliche Breite). Die 308 m hohe, steil abfallende Nordkap-Klippe wurde bereits 1553 von dem englischen Seefahrer Richard Chancellor entdeckt, der auf der Suche nach einer Nordost-Passage vom Atlantik zum Pazifik war. Auf der Straße von Honningsvåg zum Nordkap, die im Winter gesperrt ist, sieht man immer wieder Rentiere, von denen etwa 5000 hier ihre Sommerweide haben.

Gutes Wetter, schlechtes Wetter

Aus- und Einblicke

Ist das Wetter schlecht, kann man in die Nordkaphalle flüchten: Hier warten u. a. eine Ausstellung zur Geschichte des Nordkaps, ein Restaurant und Bars auf die Besucher. Die als Tunnel angelegte Halle endet in einer weitläufigen, hohen Grotte. Ein Pfeil zeigt die

NORDKAP ERLEBEN



VISIT NORDKAPP

Fiskeriveien 4D,
9750 Honningsvåg
Tel. 78 47 70 30
www.nordkapp.no



Angler und Vogelbeobachter finden beste Bedingungen. Sportliche kommen bei **Deep Sea Rafting Tours** oder bei geführten **Wanderungen** auf ihre Kosten. Wer sich für die Kultur der Ureinwohner interessiert, kann **Aufenthalte bei samischen Familien** buchen (über Tourismusbüro).



Jährlich Mitte Juni steigt in Honningsvåg das **Nordkapfestival** mit einem 70 km langen Orientierungslauf zwischen der Stadt und dem Nordkap sowie mit Filmen, Konzerten, Fußballturnieren und viel Essen (www.radionordkapp.no/festivaler/nordkappfestivalen).
Im September findet das **Nordkapfilmfestival** statt (www.nordkappfilmfestival.no).

MITTERNACHTSSONNE

16. Mai – 28. Juli, tiefster Stand um 23.35 Uhr mitteleuropäischer Zeit.
Polarnacht: 22. Nov. – 11. Jan.



SJØGATA PUB €€

Im Perleporten Kulturhus geht (gelegentlich) die Post ab mit Livekonzerten. In der ersten Etage können Sie im Pub ein gepflegtes Bier von der Nordkapp Nano Bryggeri trinken.
Storgata 19, Honningsvåg
Tel. 99 51 58 43
www.perleportenkulturhus.no

KING CRAB HOUSE NORTH CAPE €€

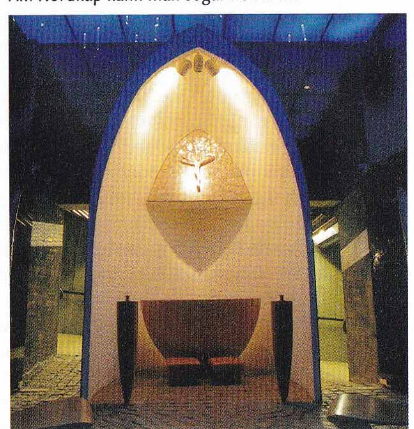
Dass man Königskrabben auch mit Kokossauce und Kartoffelsalat genießen kann, können Sie in Honningsvåg ausprobieren. Oder Sie bleiben traditionell bei Ren oder Fisch.
Sjogata 6, Honningsvåg
Tel. 45 87 53 30
www.kingcrabhouse.no



SCANDIC NORDKAPP €€€€

Das nächstgelegene Hotel zum Nordkap greift in seiner lang gestreckten, flachen Architektur rund um die Spitze des Hauptgebäudes die Formen der es umgebenden Bergwelt auf. Die Zimmer sind typisch norwegisch mit viel Holz ausgestattet, das Restaurant bietet ein abwechslungsreiches Büfett.
Skipsfjorden, Honningsvåg
Tel. 78 47 72 60
www.scandichotels.no

Besonderer Tag, besonderer Ort: Am Nordkap kann man sogar heiraten.



Nordrichtung an, und die anfangs erwähnte Granitsäule erinnert an den Besuch König Oskars II. 1873.

Die Aussicht am Nordkap umschließt – allerdings nur bei gutem Wetter – nach Westen, Norden und Osten das offene Eismeer. Mit etwas Glück können Wale gesichtet werden, oder ein Schiff der Hurtigruten zieht langsam vorbei. Im Südwesten erblickt man die Inseln Hjelmsøy, Måsøy und Rolvsøy, im Osten sieht man in der Ferne Nordkinn, im Süden die Hochfläche der Insel Magerøy mit Schneefeldern, Teichen und spärlicher Vegetation.

Nordkapphallen: Mitte Mai – Mitte Aug. tgl. 11 – 1, Mitte bis Ende Aug. bis 20, sonst tgl. 11 - 15/15.30 Uhr | Eintritt: 260/80 NOK | www.visitnordkapp.net

Ein Blick durchs Kirchentor

Umgebung des Nordkaps

Auf dem Weg von Honningsvåg zum Nordkap zweigt eine Landstraße in das rund 20 km entfernte Fischerdorf **Gjesvær** im Nordwesten der Insel ab. Etliche Inseln und Schären schirmen den sehr hübsch gelegenen 300-Seelen-Ort gegen das raue Eismeer ab. Ein örtliches Naturreservat ist vor allem unter Ornithologen bekannt und beliebt für seinen Vogelfelsen, wo Scharen von Papageitauchern und mit etwas Glück sogar Seeadler zu beobachten sind. Vom **Nordkapp Turistheim** führt ein markierter Fußweg von ca. 20 Minuten zu einer interessanten Felsbildung namens **Kirkeporten** (Kirchentor). Durch dieses Kirchentor hindurch erblickt man das Nordkap, ein einzigartiger Anblick. Die Ruhe und der beeindruckende Ausblick hier stellen bei Mitternacht eine durchaus interessante Alternative für diejenigen dar, die dem Rummel auf dem Nordkap-Plateau entgehen wollen.

In aller Stille

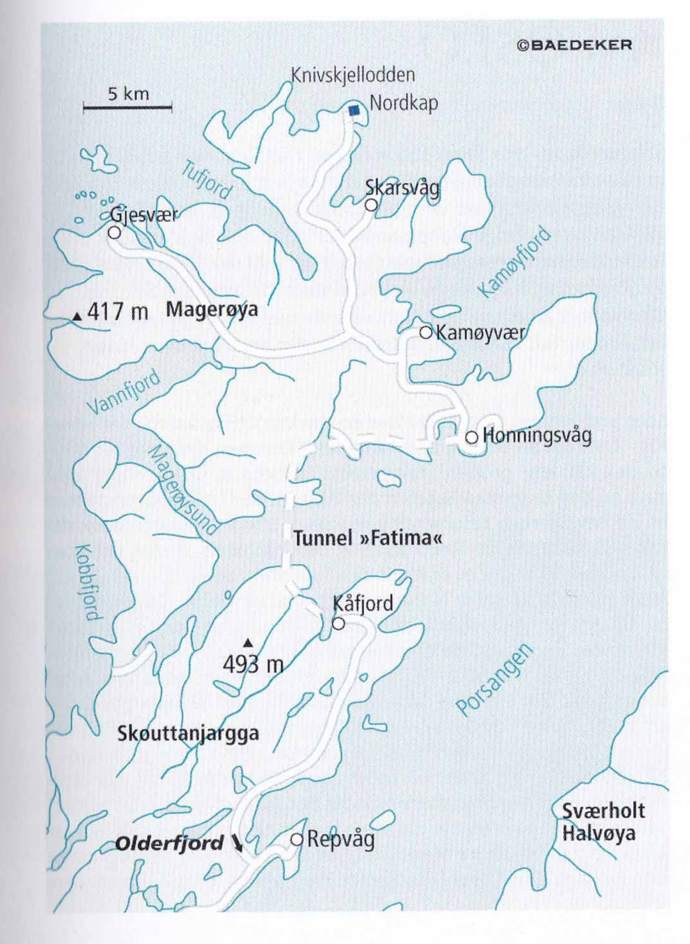
Kap Knivskjellodden

Wer **den wirklich nördlichsten Punkt** Europas, Knivskjellodden, sehen möchte, muss die Wanderstiefel schnüren. Von einem Parkplatz an der E 69 zwischen Honningsvåg und Nordkap sind es hin und zurück ca. 14 km auf einem markierten Wanderweg, wofür man rund fünf Stunden veranschlagen sollte. Auf der messerscharfen, mit Muscheln besetzten Landspitze, so die Übersetzung des norwegischen Namens, ist es viel ruhiger als am Nordkap.

Durch schwieriges Gewässer sicher ans Ziel

Honningsvåg

Die Hafenstadt Honningsvåg an der Südostküste von Magerøya ist Hauptort der Gemeinde Nordkap. Sehenswert ist hier das **Nordkap-Museum**, das Einblick in die Entwicklung des Nordkap-Tourismus – die erste internationale Gruppenreise an diesen Ort fand bereits 1875 statt – und die Küstenkultur der Finnmark bietet. Ferner kann man von hier Schiffsausflüge zum eindrucksvollen Vogelfelsen vor Gjesvær und zu verlassenen Fischerdörfern starten. Die wirtschaftliche Grundlage des Orts bilden nach wie vor der Fischfang, die Fischverarbeitung und die Schifffahrt. Zu Beginn des 20. Jh.s wurde Honningsvåg zu einem Zentrum der Schleppnetzfischerei, denn die Schiffe benötigten entlang der gefahrvollen Nordküsten gute Lotsen, und diese gingen hier an Bord. Noch heute ist die **Lotsenstation** von großer Bedeutung. Auch Honningsvåg wurde wie Hammerfest beim Rückzug der deutschen Besatzungstruppen im November 1944 zerstört.



Nordkappmuseet: Holmen 1 | Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 11 – 16, sonst Mo. - Fr. 11 – 15 Uhr | Eintritt: 70 NOK | www.kystmuseene.no

 OSLO

Gebiet: Ostnorwegen | **Einwohnerzahl:** 697 000



Schöner kann eine Stadt kaum liegen: Das Zentrum schmiegt sich um den hufeisenförmigen Fjord, die Außenbezirke ziehen sich die Berghänge hinauf und verlaufen sich schließlich im Grün der Wälder. Nur wenige Hauptstädte der Welt sind so überreich mit schönster Natur gesegnet wie Oslo. Hier lebt der König, hier sitzt die Regierung, hier zeigen weltberühmte Museen ihre Schätze. Charmante Kneipen, edle Restaurants und die Shoppingmeilen der Innenstadt runden den Besuch in der norwegischen Hauptstadt ab.

Haupt-stadt zwischen Wald und Meer

Seen und Wälder, Sand und Meer erstrecken sich quasi vor der Haustür – Oslo gilt als die grünste Hauptstadt Europas, denn nur ein Viertel des 450 km² großen Stadtgebiets ist bebaut. Oslo gehört aber auch zu den teuersten Städten der Welt. In den letzten zehn Jahren ist die Bevölkerung sprunghaft gewachsen, und Prognosen gehen davon aus, dass dieser Trend auch in den nächsten Jahren anhalten wird. Ähnlich verhält es sich mit den Touristenzahlen.

Mehr als ein Drittel aller Norweger lebt rund um den ▶ Oslofjord, der ca. 100 km ins Land einschneidet und an dessen nördlichem Ende die Metropole liegt. Das Stadtzentrum konzentriert sich um den Hafen Pipervika mit dem Laden-, Restaurant- und Kulturzentrum **Aker Brygge** und der **Festung Akershus**, um die **Karl Johans gate**, Oslos bekannteste Straße, an deren Westende das königliche Schloss thront, und weiter östlich rund um das Hotel **Oslo Plaza**, mit seinen 37 Stockwerken eines der höchsten Gebäude Nordeuropas. Gleich in der Nähe des Hauptbahnhofs mündet der Akerselv in den Oslofjord. Seit Jahrhunderten teilt er die Stadt in Oslo Ost (Østkanten), wo vor allem Studenten, ältere Menschen, sozial Schwachen und Migranten wohnen, und Oslo West (Vestkanten) mit seinen alten, reich verzierten Villen.

Die Stadt am Fjord

Stadtentwicklung

Seit einigen Jahren investiert die Stadt viel Geld in das Projekt **Fjordbyen** – die Stadt am Fjord. Es ist das größte städtebauliche Konzept, seit König Christian IV. Anfang des 17. Jh.s das alte Kristiania hinter der Festung Akershus errichten ließ. Seit dieser Zeit wurde das Fjordufer immer mehr zu einer tristen Gegend mit Hafenanlagen, Industriegebieten, Eisenbahngleisen und einem Gewirr von Autobahnen. Dies hat sich bereits grundlegend geändert, und die Seeseite der Stadt ist in

Alt trifft Neu: der ehemalige Hafenspeicher (rechts) und Oslos Oper (links)

OSLO ERLEBEN



OSLO TURISTINFORMASJON

Die Touristeninformation im Gebäude der Østbanehallen vermittelt Unterkünfte, hier gibt es Tickets für den Nahverkehr, Stadtrundfahrten und Veranstaltungen, den Oslo-Pass, freies WLAN, freundliche Angestellte und Möglichkeit zum Geldwechsel.
Jernbanetorget 1, Eingang durch den Hauptbahnhof
Tel. 23 10 62 00
www.visitoslo.com

OSLO-PASS

Im teuren Oslo lässt sich damit Geld sparen: Er ist für ein, zwei oder drei Tage gültig (395, 595 bzw. 745 NOK, 4 – 15 J. 210, 295 bzw. 370 NOK, ab 67 J. 315, 475 bzw. 595 NOK), berechtigt zur freien Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel, zum kostenlosen Besuch von mehr als 30 Museen und Attraktionen und gewährt zahlreiche Ermäßigungen (z. B. Sightseeing-Touren mit Schiff und Bus). Erhältlich ist der Pass online sowie u. a. bei der Touristeninformation, am Flughafen sowie in den meisten Hotels.



HAFENRUNDFAHRTEN

Abfahrt am Rathauskai stündlich Mitte Mai – Mitte August 11 – 18, Mitte Juni – Ende Juli bis 20 Uhr, Dauer ca. 50 Min. Angeboten werden auch Rundfahrten zwischen den Inseln des Oslofjords und dazu ein Lunch-Büfett (2 Std.) oder eine romantische Fjordrundfahrt bei Nacht (Infos bei der Touristeninformation).

STADTRUNDFAHRTEN

Busabfahrt für verschiedene Stadttouren mit Guide am Rathaus.

CITY-BIKE

Es gibt zahllose Räder an mehr als 250 Stationen zu mieten, die für 60 Minuten genutzt werden können; Verlängerung möglich. Tageskarten sind in der Touristeninformationen am Hauptbahnhof für 59 NOK, Monatskarten für 149 NOK erhältlich (www.oslobysykkel.no).

SKILAUFEN

Rund um Oslo herrschen von Januar bis März relativ sichere Schneeverhältnisse. Das Skigebiet der Nordmarka ist durch die Holmenkollbahn am besten erschlossen. Es gibt über 2000 km gespurte Loipen rund um Oslo, davon ca. 200 km mit Flutlicht. Abfahrten mit Liften findet man unter anderem in Tryvannskleiva, Wyllerløypa, Kirkerudbakken, Ingierkollen, Grefsenkleiva, Fjellstadbakken, Trollvannskleiva, Vardåsen und in Varingskollen.

SCHWIMMEN UND SURFEN

Die schönsten Strände: Huk (Halbinsel Bygdøy, mit eigenem FKK-Strand), Hvervenbukta, Katta und Ingierstrand im Süden der Stadt. Die Strände auf den Inseln Langøyene und Hovedøya sind mit dem Schiff ab Kai Vippetangen zu erreichen. Surfer tummeln sich vor allem vor dem Sandstrand Rolfstangen. Gute Bademöglichkeiten findet man auch in den 300 Seen der Oslomarka. Besonders beliebt: Sognsvann, Svartkulp (beide mit der Sognsvannbahn erreichbar) und Bogstadvann (beim Bogstad-Campingplatz).



August: Norway Cup, weltgrößtes Jugendfußballturnier (www.norway cup.no); Jazzfestival (oslojazz.no).
September: Opernfestival (operatil folket.no); Oslo Marathon (osloma raton.no); Ultima, Festival für zeitgenössische Musik (www.ultima.no).
Oktober/November: Oslo World Music Festival (www.osloworld.no).
Weihnachten: Um die Weihnachtszeit ist Oslo besonders stimmungsvoll. Auf der Karl Johans gate steht ein großer Christbaum, mitten in der Innenstadt gibt es eine Schlittschuhbahn. An den Adventssonntagen findet in Frognerseteren das Familien-Julebord, ein üppiges Essen, statt. In Bærum Verk und im Postamt des Weihnachtsmannes herrscht ebenso Hochbetrieb wie etwa auf dem Weihnachtsmarkt im Norsk Folkemuseum auf Bygdøy. Insgesamt verbreiten vier große und zahlreiche kleine Märkte im Advent typische skandinavische Weihnachtsstimmung. Gløgg, Julebier und Geschenke aus Holz, Wolle, Wachs oder Designerwaren gibt es auf dem Julemarked am Rathausplatz, im alten Eisenwerk Bærums Verk, auf dem Herrenhof Bogstad Gård und im Freilichtmuseum Norsk Folkemuseum.



Beliebte **Einkaufsstraßen**: Aker Brygge, Karl Johans gate. Große Warenhäuser: Steen & Strøm (Nedre Slottsgate), Glas Magasinet (Stortorvet).
Einkaufsviertel: Oslo City (nahe Hauptbahnhof) mit rund 100 Geschäften, ein weiteres westlich zwischen Schloss- und Frognerpark.
Einkaufspassage Paleét (Karl Johans gate 37 – 43): über 40 Läden, darunter Norwegens größter Buchladen Tanum. Zudem gibt es hier günstige Restaurants.
Im kleinen **Feinkostladen** Fenaknoken hinter hinter der Festung Akershus (Akershusstranda 23) erhält man alle norwegischen Schinken-, Wurst- und Käsespezialitäten, dazu geräucherten Fisch oder Stockfisch und das passende Brot (Mo. – Fr. 10 – 18, Sa. 10 – 16 Uhr, www.fenaknoken.no).

Im norwegischen Sommer bleibt es lange hell auf der Karl Johans gate ...



ZIELE
OSLO

Als Amüsiermeilen gelten das ehemalige Werftgelände Aker Brygge, die Szeneviertel Grünerløkka und Grønland sowie das West End um Bogstadveien.

❶ DE FEM STUER €€€€

Moderne norwegische Küche auf höchstem Niveau serviert das Fem Stuer im Scandic Holmenkollen Park, einem der schönsten Holzhäuser der Stadt am Holmenkollen. Nur wenige Schritte sind es bis zur einmaligen Aussicht auf die Stadt und den Fjord.
Kongeveien 26
Tel. 22 92 27 34
www.scandichotels.no

⓭ STATHOLDERGAARDEN €€€€

Bent Stiansen kreiert tagtäglich ein Sechs-Gänge-Menü mit norwegischen Wurzeln und französischem Flair. Bei 8000 Flaschen im Keller findet sich immer ein passender Wein.
Rådhusgaten 11
Tel. 22 41 88 00
www.statholdergaarden.no

❽ DET GAMLE RAADHUS €€€€

Ältestes Restaurant Oslos im ersten Rathaus der Stadt von 1641. Fisch- und Wildgerichte sind von höchster Qualität. Das Gartenlokal im Hinterhof bildet eine Oase der Ruhe. Sonntags, montags und für drei Wochen im Sommer geschlossen.
Nedre Slottsgate 1
Tel. 22 42 01 07
www.gamleraadhus.no

❻ FROGNERSETEREN €€€€

Vom Restaurant Finstua im ehrwürdigen Hotel Frognerseteren haben Sie einen der schönsten Ausblicke auf Oslo und Umgebung. Auch die Küche gehört mit zum Besten, was die Stadt zu bieten hat. Und die Weinkarte ist ganz ausgezeichnet.
Holmenkollveien 200
Tel. 22 92 40 40
www.frognerseteren.no

❾ MAAEMO €€€€

Sehr hell leuchten die Michelin-Sterne, die das Restaurant auf Anhieb in den höchsten nordischen Gourmethimmel katapultierten. Inzwischen ist der dritte Stern hinzugekommen. Chefkoch Esben Holmboe Bang zelebriert eine »Reise durch die skandinavische Landschaft« mit regionalen Produkten – wofür auch die Übersetzung des Namens steht: Mutter Erde ((So., Mo. geschl.).
Dronning Eufemias gate 23
Tel. 22 17 99 69
www.maaemo.no

❿ THE TABLE €€€€

»Once in a lifetime«: Wenn Sie sich das wohl exklusivste (und teuerste) kulinarische Erlebnis Oslos gönnen wollen, dann buchen Sie den Tisch im The Table. Den Tisch, das ist schon richtig, denn pro Abend gibt es nur einen Tisch, nur eine Sitzung für 4 bis maximal 6 Gäste. Dafür präsentiert Chefkoch Tim Wanless das Allerbeste und Allerfeinste der norwegischen Küche. Den tollen Ausblick vom Hotel »The Thief« gibt's gratis dazu. Sie müssen 48 Stunden im Voraus buchen.
Landgangen 1
Tel. 24 00 40 99
www.thethief.com

⓬ ENGEBRET CAFÉ €€€-€€€€

2022 feiert das ehrwürdige, gediegene Restaurant sein 165-Jahre-Jubiläum. Früher aßen hier oft Besucher und Schauspieler des Christiania-Theaters, das gegenüber stand. Heute empfiehlt sich für alle Gäste das Smørebrød-Büfett am Vormittag, eine typisch norwegische Spezialität, wie es seit 1862 angeboten wird. Sonntags geschlossen.



Norwegens kulinarische Landschaft lernt man in der Markthalle kennen.

Bankplassen 1
Tel. 22 82 25 25
www.engebret-cafe.no

❺ GRAND CAFÉ €€€-€€€€

Hier sind Sie wirklich mitten drin! Im Hotel wohnen alljährlich die Friedensnobelpreisträger. Früher haben in diesem historischen Café Gäste gespeist wie Henrik Ibsen, der jeden Tag kam, oder Edvard Munch, der ein Bild gegen Naturalien tauschte. Heute werden in offener Küche kleine Gerichte zubereitet. Vor oder nach dem Essen lohnt ein Besuch im Weinkeller: 16 000 Flaschen lagern hier, über 1500 verschiedene Weine sind im Angebot.
Karl Johans gate 31
Tel. 98 18 20 00
www.grandcafeoslo.no

⓫ SOLSIDEN €€€-€€€€

Hier gibt es die vielleicht besten Fischgerichte Oslos, serviert am Hafen unterhalb der Festung Akershus mit Blick auf die Aker Brygge. Gerühmte Spezialität: die Meeresfrüchteplatte. Am schönsten sitzt man an den offenen Schiebetüren oder auf der Terrasse. Nur im Sommer geöffnet.
Akershusstranda 13
Tel. 22 33 36 30
www.solsiden.no

❷ BØLGEN & MOI TJUVHOLMEN €€€

Eine Institution mit mehreren Restaurants und spannenden Angeboten wie Kochkursen. Im Stadtteil Tjuvholmen speist man vorzüglich in kühlem Chic.
Tjuvholmen Allé 5
Tel. 22 44 10 20
www.bolgenogmoi.no

❹ THEATERCAFÉEN €€€

In dieses Jugendstil-Kaffeehaus von 1901 gegenüber dem Nationaltheater geht man auch, um zu sehen und gesehen zu werden. Gute norwegische Küche zu guten Preisen. Im Sommer für einige Wochen geschlossen.
Stortingsgaten 24 – 26
Tel. 22 82 40 50
www.hotelcontinental.no

❼ LORRY €€-€€€

Seit den 1870er-Jahren lockt das Lorry in der Nähe des Königsschlosses seine Gäste an. Einheimische sind hier ebenso anzutreffen wie Touristen. In gemütlicher Atmosphäre, mit viel Kunst – mehr als 200 Werke schmücken die Wände – und Kuriositäten wie einer ausgestopften Giraffe, wird traditionell Norwegisches in großen Portionen serviert, begleitet von einer großen Auswahl an Bieren.

Parkveien 12
Tel. 22 69 69 04
https://lorry.no

❸ MATHALLEN €-€€€
Wenn Sie einmal nicht reservieren, sich stattdessen inspirieren lassen wollen, unternehmen Sie am besten einen Streifzug durch die Markthallen. Die bunte Fülle der angebotenen Lebensmittel weckt Ihren Appetit, den Sie in einem der zahlreichen Restaurants, Cafés, Bars oder an den Ständen stillen können Seafood, Pizza, Süßes, Tacos, Wein, Ren, Lamm, Eis, Nudeln, Champagner, Sushi – es gibt einfach nichts, was es nicht gibt.
Vulkan 5, Tel. 40 00 12 09
mathallenoslo.no



❶ LYSEBU €€€€
Wie ein altes norwegisches Gehöft wirkt das 100 Jahre alte Hotel auf dem Holmenkollen. Betrieben wird es vom Fond für die dänisch-norwegische Zusammenarbeit; es ist ein staatliches Geschenk an Dänemark als Dank für die dänische Nahrungsmittelhilfe im Zweiten Weltkrieg. Die Zimmer sind nostalgisch eingerichtet, bieten aber jeden neuzeitlichen Komfort.
Lysebuveien 12
Tel. 21 51 10 00
www.lysebu.no

❷ SAGA HOTEL OSLO €€€€
Unweit der beliebten Einkaufsstraße Bogstadveien steht dieses Haus von 1890 mit der schönen Fassade. Die Zimmer sind modern, atmen aber nostalgisches Flair.
Eilert Sundts gate 39
Tel. 22 55 44 90
www.sagahoteloslo.no

❸ CLARION COLLECTION HOTEL SAVOY €€€
Nur wenige Schritte bis zur Karl Johans gate: Die Lage des Hotels ist perfekt. Günstige Sommerpreise. Ein süßer Nachmittagssnack sowie ein Abendsnack sind im Preis inbegriffen.
Universitetsgaten 11
Tel. 23 35 42 00
www.nordicchoicehotels.no

❹ HOTEL CONTINENTAL €€€€
Individuell eingerichtete, sehr komfortable Zimmer mit Original-Kunst an den Wänden, das exzellente Hotelrestaurant und das Jugendstil-Kaffeehaus Theatercaféen (s. o.) sind die Pluspunkte dieses schönen Hotels im Zentrum Oslos unweit des Rathauses.
Stortingsgaten 24 – 26
Tel. 22 82 40 00
www.hotelcontinental.no

❺ GRAND HOTEL €€€€
Besser und feiner geht es in ganz Norwegen kaum. Das erste Haus am Platz, das bereits 1874 eröffnete, beherbergte seither zahllose Stars, Politiker, Nobelpreisträger. Die Zimmer sind opulent ausgestattet mit einem Mix von Antik und Moderne, der Spa ist vom Feinsten. Und das renovierte Restaurant »Palmen« präsentiert sich mit stilvollem Interieur.
Karl Johans gate 31
Tel. 23 21 20 00
www.grand.no

❻ THE THIEF €€€€
Beim Astrup Fearnley Museum im Tjuvholmen (»Diebesfelsen« – hier soll tatsächlich der Hafen für Diebe und Schmuggler gelegen haben), erfüllt das Hotel allerhöchste Ansprüche. Die Zimmer überzeugen durch die gekonnte Kombination natürlicher Materialien. Es gibt mehrere Essstationen, u. a. das The Table (s. o.).
Landgangen 1
Tel. 24 00 40 00
thethief.com

großen Teilen wieder für die Allgemeinheit geöffnet und attraktiv geworden. Diese Revitalisierung der Wasserlagen am Fjord und an den Flüssen, insbesondere entlang der Flüsse Akerselva und Alnaelva, hat das Stadtbild in struktureller, funktioneller sowie ästhetischer Hinsicht verändert. Zudem will die Stadtregierung die gesamte Innenstadt nach und nach autofrei machen.
Angefangen hat die Umgestaltung der Stadt mit **Aker Brygge**. Vor gut 30 Jahren arbeitete jenseits des Hafenbeckens Pipervika noch eine der größten Werften des Landes. Als sie schließen musste, entstand aus der altehrwürdigen Schiffswerft ein komplett neuer Stadtteil, der durch seine faszinierende Mischung aus alten Backsteinbauten und moderner Glas- und Stahlarchitektur beeindruckt. Die Osloer, vor allem die Jüngeren, haben diese Vergnügungsmeile begeistert angenommen. Sobald die Sonne sich blicken lässt, schlendern sie über die Uferpromenade, genießen die wärmenden Sonnenstrahlen auf den Bänken, schnuppern die Seeluft vom nahen Fjord, lauschen dem Live-Jazz von den Pontons und genießen ein Bier im Freien. Mittlerweile wird in Aker Brygge wieder gebaut, um das Angebot an Wohnungen und Büros, teils auf künstlichen Inseln errichtet, zu erweitern.

Highlights am Fjord

Neue Architektur

Das durchaus kontrovers diskutierte Projekt des neuen **Munch-Museums**, das auch die Munch-Bilder der Stenersen-Sammlung integriert, ist mittlerweile fertig und ein weiteres architektonisches Highlight am Fjordufer: Der 57 m hohe gläserne Museumsbau mit dem charakteristischen Knick wurde von dem spanischen Architekten Juan Herreros geplant. Als neue Ost-West-Achse verläuft parallel zum Hafen die Dronning Eufemias gate, ein gut 40 m breiter, begrünter Boulevard mit nur wenig Autoverkehr. Die neue **Deichmannsche Bibliothek** zwischen dem Boulevard und der Oper ist ebenfalls fertiggestellt..

Norwegens größtes Ausbildungszentrum

Kultur- und Bildungshauptstadt

Oslo ist Sitz der Regierung und des Königs sowie der Verwaltungsbezirke Oslo und Akershus. Mit seinen Universitäten und mehreren Hochschulen ist die Stadt Norwegens größtes Ausbildungszentrum und verfügt über Norwegens größtes kulturelles Angebot. Hier steht auch das einzige Opernhaus des Landes, ein spektakulärer Neubau. Jedes Jahr am 10. Dezember wird im Rathaus von Oslo der **Friedensnobelpreis** verliehen.

Die älteste Hauptstadt Skandinaviens

Stadtgeschichte

Oslo wurde wahrscheinlich 1050 von König Harald Hårdråde gegründet; archäologische Funde beweisen aber, dass hier spätestens 900 n. Chr. ein Schiffslandeplatz mit Siedlung bestanden haben



Lilleborg-Kirche

OSLO

400 m

©BAEDEKER

1 De Fem Stuer
2 Bølgen & Moi Tjuvholmer
3 Mathallen
4 Theatercaféen
5 Grand Café
6 Frognerseteren
7 Lorry
8 Det Gamle Raadhus
9 Maaemo
10 The Table
11 Solsiden
12 Engebret Café
13 Statholdergaarden

1 Lysebu
2 Saga Hotel Oslo
3 Clarion Collection Hotel Savoy
4 Hotel Continental
5 Grand Hotel
6 The Thief

U-Bahn (Tunnelbanen)

muss. Nachdem Haralds Sohn Olav Kyrre (1050 – 1093) den Ort zum Bischofssitz erhoben und Håkon V. (1277 – 1319) eine Domkirche errichtet hatte, blieb Oslo längere Zeit der **geistliche Mittelpunkt des Landes**, während die Könige in Bergen residierten. Erst Håkon V. verlegte **um 1300** seinen Wohnsitz von Bergen hierher und begann den Bau der **Festung Akershus**. Damals legte auch die Hanse eine Niederlassung in Oslo an. 1397 kam Norwegen unter die dänische Krone, Oslo verlor an Bedeutung. Nach einem Brand 1624 ließ Christian IV., der damalige dänisch-norwegische König, die Stadt in direkter Nähe der Festung Akershus neu anlegen. Das rechteckige Straßennetz, das er entwarf, ist noch heute zwischen Rådhusgata und der Karl Johans gate zu erkennen. Auch den Namen der Stadt änderte der Regent – er gab ihr seinen eigenen: Zwischen 1624 und 1924 wurde die Hauptstadt Norwegens **Christiania** genannt (ab 1877 **Kristiania** geschrieben). Seuchen und hohe Steuern, die den Bewohnern in den langen Kriegen aufgebürdet wurden, verhinderten im 18. Jh. die Entwicklung Christianias zu einer Handelsstadt nach europäischem Vorbild. Erst gegen Ende des 18. Jh.s, als der Holzhandel aufblühte, ging es wirtschaftlich wieder aufwärts.

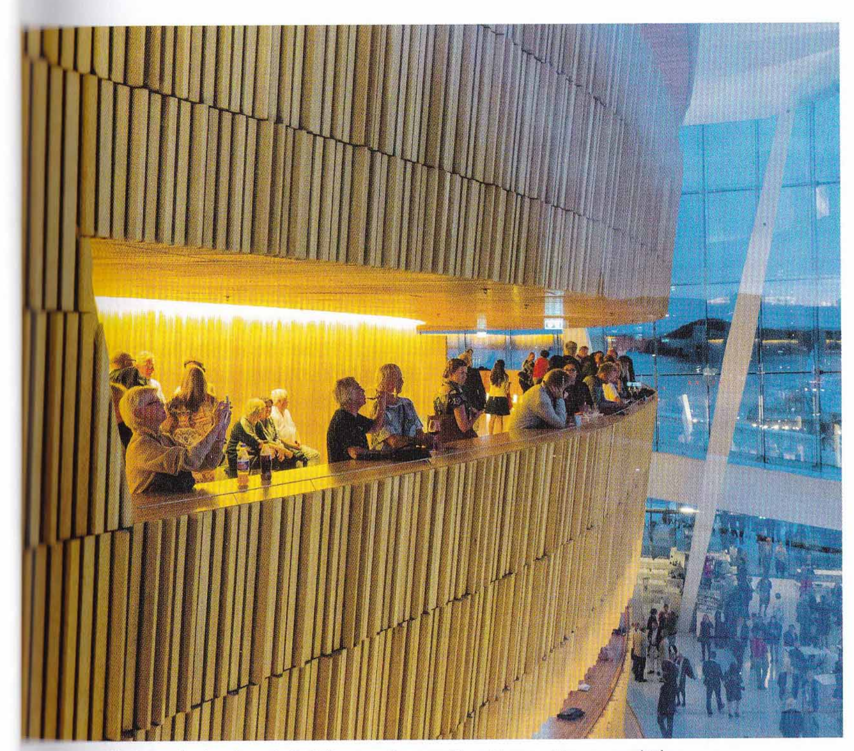
Nach **1814**, als sich Norwegen von Dänemark löste, wurde Christiania endgültig zur **Haupt- und Residenzstadt**; unter der Regierung von Karl XIV. Johan nahm sie einen neuen Aufschwung und entwickelte sich zum größten **Verkehrs- und Handelszentrum** Norwegens. Die ersten Eisenbahnstrecken wurden angelegt, neue Straßen gebaut, Textilfabriken und Maschinenwerkstätten entstanden. Gleichzeitig setzte Mitte des 19. Jh.s die große **Landflucht** ein. Viele suchten in Christiania ihr Glück. Rund um das Zentrum schossen Wohnblöcke mit bis zu fünf Stockwerken und engen Hinterhöfen wie Pilze aus der Erde, und die Stadt teilte sich allmählich in **zwei Lager**: Im Osten entstanden die typischen Arbeiter- und Handwerkerviertel, im Westen lebten die Bürger in großzügigen, stattlichen Villen. Am **1. Januar 1925** erhielt die Stadt dann wieder den alten Namen **Oslo**, der laut Sprachforschern »Ebene der Götter« oder auch »Ebene am Fuß eines Berges« bedeuten könnte.

Karl Johans gate und angrenzende Viertel

Als Ausgangspunkt für einen Stadtbummel ...

Hauptbahnhof bis Stortorget

... eignet sich der Hauptbahnhof (Sentralbanestasjonen) mit Parkhaus, großem Parkplatz und Touristinformation. Hinter dem Bahnhof erhebt sich das Einkaufszentrum Oslo City. Vom Hauptbahnhof führt die Hauptgeschäftsstraße und Promeniermeile **Karl Johans gate** zum Königsschloss. Bis zum Parlamentsgebäude ist diese



Die Oper, der leuchtende Solitär aus edlem, weißem Carrara-Marmor und Glas, mit warmem Eichenholz innen, hat einen großen städtebaulichen Akzent gesetzt.

Prachtstraße Fußgängerzone. Den seit Ende des 17. Jh.s bestehenden **Stortorget** (Großer Markt) ziert das 1874 von C. L. Jacobsen geschaffene Standbild König Christians IV.

Royal Wedding

Domkirke

An der Südostseite des Stortorget steht die 1697 geweihte und bis 2010 renovierte **Domkirche**. Die Bronzetüren am Haupteingang tragen schöne Reliefs von 1938. Von der Ausstattung sind die Kanzel, der Altar (beide um 1700) und der Orgelprospekt von 1725 erhalten. Neueren Datums sind die Fenster von Emanuel Vigeland (1910 bis 1916) und die Deckengemälde von Hugo Lous Mohr (1936 bis 1950). In der achteckigen Erlöserkapelle (1950) steht die Silberskulptur »Das letzte Mahl« von Arrigo Minerbi. Im Dom heirateten 2001 Kronprinz Haakon und Kronprinzessin Mette-Marit.

Stortorget, tgl. 10 – 16, Fr. 16 – 23.30 Uhr | www.oslodomkirke.no

Shopping

Basarhallen

Hinter der Domkirche stehen die 1841/1842 errichteten Basarhallen. Heute beherbergen sie ein Zentrum für Kunsthandwerker, Antiquare, Gemüsehändler, Souvenirshops und Cafés. Der belebte Teil der Karl Johans gate beginnt südlich des Stortorget.

Treffpunkt beim Parlament

Storting

Hinter der Kreuzung der Karl Johans gate mit der Akersgata steht links das 1861 – 1866 im Stil der Neugotik errichtete **Parlamentsgebäude**, Storting. Sehenswert ist ein großes Gemälde von Oscar Wergeland im Sitzungssaal, auf dem die Beratung der Verfassung zu Eidsvoll 1814 dargestellt ist. Vor dem Gebäude öffnet sich der Park Eidsvollplass mit dem von Bergslien geschaffenen Standbild des Dichters Henrik Wergeland. Anschließend heißt der Park Studenterlunden und ist mit seinen Biergärten, Verkaufsständen, einem Musikpavillon und Straßenmusikanten im Sommer ein beliebter Treffpunkt.

Akersgata (Eingang für Führungen) | Juli – Aug. Mo. – Fr. 10 und 11.30 Uhr (sonst Sa.) kostenlose, einstündige Führungen auf Englisch | www.stortinget.no

Nach dem Theater auf einen Drink

Nye Teater

In der Rosenkrantzgate Nr. 10, die hier die Karl Johans gate kreuzt, steht das Oslo Nye Teater, eine Bühne für neuere Stücke und Revuen. Es wurde 1929 mit Knut Hamsuns »An des Reiches Pforten« eröffnet. Zahlreiche Kneipen befinden sich in der Nachbarschaft.

Zwischen zwei großen Dichtern

Nationalteatret

Nordwestlich vom Eidsvollplass gelangt man zum **Nationaltheater,** ein um 1899 errichteter, klassizistischer Bau. Der Haupteingang wird von zwei Bronzeskulpturen von Hennrik Ibsen und Bjørnstjerne Bjørnson flankiert.

Johanne Dybwads plass 1 | Tickets: Tel. 22 00 14 00 | www.nationaltheatret.no

Edvard Munch in der Aula

Universitet i Oslo

Nordöstlich vom Theater liegen die Gebäude der 1811 von König Frederik VI. von Dänemark gegründeten und 1854 errichteten **Universität**. In dieser »alten« Universität sitzt heute die juristische Fakultät, die neue Universität liegt im Stadtteil Blindern. Die Aula von 1911 sind 1916 von **Edvard Munch** mit elf großflächigen Gemälden ausgestattet worden.

Oslos größtes Theater

Norske Teatret

Östlich der Universität steht an der Kristian IVs gate das Norske Teatret, bekannt für seine Musical-Inszenierungen sowie die Aufführungen norwegischer und ausländischer moderner Dramen.

Wikinger, Inuit- und Sibirvölker

Kulturhistorisk Museum

Hinter der Universität liegt das Kulturhistorische Museum mit der Altertumssammlung der Universität für Geschichte und Völkerkunde. Unter den nordischen Altertümern sind die Sammlung der **Wikingerzeit** (um 800 – 1050) mit einer Schatzkammer und eine Ausstellung mit Portalen von **Stabkirchen** sehenswert. Ferner gibt es eine Sammlung der **Inuit- und Sibirvölker**, der Völker Afrikas, Amerikas und Ostasiens sowie ein Münzkabinett.

Frederiks gate 2 | Mitte Mai – Mitte Sept. Di.-So.10 – 17, sonst 11 bis 16 Uhr | Eintritt: 120 NOK, bis 18 J. frei | www.khm.uio.no

Das königliche Schloss

★ Det kongelige slott

Am nordwestlichen Ende der Karl Johans gate steht auf einer Anhöhe inmitten eines großen Parks das Königliche Schloss, ein lang gestreckter Bau im Empirestil (1825 – 1848). Der schwedisch-norwegische König Karl Johan, der es bauen ließ, seine Fertigstellung 1848 aber nicht mehr erlebte, wünschte sich einen Palast, von dessen Balkon er den großen Paradeplatz und die gesamte Stadt überschauen konnte, weshalb er einen Bauplatz außerhalb der damaligen Stadtgrenzen in ausreichendem Abstand von den oft ärmlichen Wohnhäusern der Bevölkerung wählte. Eine besondere Attraktion ist die **Wachablösung** (tgl. 13.30 Uhr).

Eingang für Führungen: Parkveien | Ende Juni – Mitte Aug. geöffnet | Führungen in Englisch tgl. 12, 14, 14.20 und 16 Uhr, in Norwegisch alle 20 Min. | Eintritt: 135/105 NOK | www.kongehuset.no | Karten online www.ticketmaster.no o. Tel. 81 53 31 33 | Der Verkauf startet im März, mit Glück bekommt man Restkarten direkt am Eingang.

Wer hat der Menschheit den größten Nutzen erbracht?

Nobelinstitut

An der Südseite des Schlossparks verläuft der Drammensveien. An der Kreuzung mit dem Parkveien steht das norwegische Nobelinstitut: Alljährlich am 10. Dezember wird im Festsaal des Rathauses der Friedensnobelpreis an eine Persönlichkeit oder eine Organisation verliehen, die von Parlamentariern aus aller Welt vorgeschlagen werden kann und vom norwegischen Nobelkomitee ausgewählt wird. Zu den Preisträgern zählten u. a. Fridtjof Nansen (1922), Willy Brandt (1971), Michail Gorbatschow (1990) und die Europäische Union (2012). Eine Fülle von Detailinformationen rund um den Friedensnobelpreis hält das Nobel-Friedenscenter im alten Westbahnhof bereit (▶ S. 258).

Zu Gast beim großen Dramatiker

Ibsen Museum

In der Arbins gate am Südrand des Schlossparks lebte von 1895 bis zu seinem Tod 1906 Henrik Ibsen (▶ Interessante Menschen). Seine originalgetreu eingerichtete Wohnung ist heute das Ibsen-Museum.

Henrik Ibsens gate 26 | Mitte Mai – Mitte Sept. tgl. 11 – 18, sonst 11 bis 16, Do. bis 18 Uhr | Eintritt: 115/30 NOK | www.ibsenmuseet.no

Umstrittenes Wahrzeichen

Rådhus

Wenn man vom Nationaltheater nach Süden geht, erblickt man das monumentale Rathaus (Rådhus), das 1931 – 1950 nach Plänen von Arnstein Arneberg und Magnus Poulson erbaut wurde. Obwohl immer umstritten, wurde der mächtige, mit Backstein verkleidete Betonbau mit zwei klotzigen Türmen (im östlichen Turm hängt ein Glockenspiel) zum Wahrzeichen der Stadt. Sehenswert ist der reiche Freskenschmuck im Inneren, an dem 28 Künstler, darunter Henrik Sørensen, Per Krohg, Edvard Munch u. a. mitgewirkt haben.

Fridtjof Nansens plass | Juli und Aug. kostenlose Führungen um 10, 12 und 14 Uhr | www.oslo.kommune.no/oslo-city-hall

Alles über den Friedensnobelpreis

Nobel-Friedenscenter

Im ehemaligen Westbahnhof befindet sich das **Nobel-Friedenscenter**. Es informiert über Alfred Nobel und sämtliche Friedensnobelpreisträger, darüber hinaus wird mit Vorträgen, Seminaren und Dokumentationen über Friedensbemühungen in aller Welt und aktuelle Konfliktherde berichtet.

Brynjulf Bulls plass 1 | tgl. 11 – 17 Uhr | Eintritt: 120/50 NOK | www.nobelpeacecenter.org

Markantes und nicht ganz unumstrittenes altes Wahrzeichen: Die Doppeltürme des Rathauses von Oslo stammen aus der ersten Hälfte des 20. Jahrhunderts.



Ein moderner Tempel für die Kunst



Nasjonal museet

Zu der Reihe spektakulärer Neubauten in Oslo gesellt sich das neue Nationalmuseum, im Juni 2022 eröffnet. Mit Blick auf Aker Brygge und Rathaus, neben dem Nobel-Friedenscenter, erhebt sich ein gewaltiger Bau, **das größte Kunstmuseum Nordeuropas**. Über dem mit norwegischem Schiefer verkleideten Baukörper thront auf dem Dach die luzide leuchtende »Light Hall«, in der Wechselausstellungen stattfinden. Die deutschen Architekten Kleihues und Schuwerk zeichnen für den Entwurf des ökologisch nachhaltigen Gebäudes aus Materialien wie Eiche, Bronze und Marmor verantwortlich.

Mehr als 5000 Werke aus dem rund 400 000 Objekte umfassenden Fundus aus den Bereichen Kunst, Architektur und Design werden ausgestellt. Die Spanne reicht vom Baldishol-Teppich aus dem Jahr 1180 über chinesisches Porzellan bis zu einer großen Gemäldesammlung. Deren Herzstück ist der Munch-Saal im zweiten Stock mit dem »Schrei« als ikonisches Hauptstück. Veranstaltungen ergänzen das Programm, natürlich gibt es Café, Restaurant und Shop.

Rådhusplassen | www.nasjonalmuseet.no

Lebendiges Einkaufs- und Ausgehviertel



Aker Brygge

Südwestlich der Anlegestelle beim Rathaus lohnt die Aker Brygge am Westufer des Hafenbeckens Pipervika einen Besuch. Die restaurierten Hallen der früheren Aker-Werft wurden in ein **modernes Einkaufs- und Kulturzentrum** mit zahlreichen Restaurants (rund 35), Cafés, Boutiquen und Galerien umgestaltet. Es ist das lebendigste und beliebteste Einkaufs- und Ausgehviertel der Landeshauptstadt mit jährlich mehr als 12 Mio. Besuchern.

In einem spektakulären Neubau von Renzo Piano am Südende von Aker Brygge auf Tjuvholmen residiert das **Astrup Fearnley Museet**. Es zeigt eine der bedeutendsten Privatsammlungen für zeitgenössische Kunst.

ww.akerbrygge.no

Astrup Fearnley Museet: Strandpromenaden 2 | Di., Mi., Fr. 12 – 17, Do. bis 19, Sa., So. 11 – 17 Uhr | Eintritt: 130 NOK | www.afmuseet.no

Südliche Innenstadt

Im Quadrat

Børs, Riksteatret

Oslos Altstadt erstreckt sich südlich vom Storting und der Karl Johans gate. Südwestlich vom Hauptbahnhof steht die 1827 erbaute, 1910 erweiterte **Börse**. Westlich der Börse ließ Christian IV. nach einem Großbrand im Jahr 1624 ein Netz von rechtwinklig aufeinander zulaufenden Straßen (Kvadraturen) mit Steinhäusern anlegen. Die Kongensgate war einstmals der Haupteinfahrtsweg in die Stadt. Das älteste noch bestehende Gebäude der ursprünglichen Quadratur

von 1626 steht in der Rådhusgaten 19, heute ist es Sitz des **Osloer Kunstvereins**. Kongensgate 1 beherbergt nunmehr das **Reichstheater**. Das Haus Rådhusgate 7, dessen älteste Teile aus der Zeit von 1625 bis 1630 stammen, wurde ab 1733 als Rathaus benutzt und war anschließend Gefängnis und Polizeistation. Heute hat hier der Norwegische Schriftstellerverband seinen Sitz.

Norwegens Architektur des 20.Jahrhunderts

Nasjonalmuseet Arkitektur

In einem 1830 errichteten Gebäude lädt das **Architekturmuseum** mit Zeichnungen, Fotos und Modellen zur norwegischen Architekturgeschichte des 20. Jahrhunderts. Für den Umbau und den neu hinzugefügten Pavillon zeichnete Sverre Fehn verantwortlich – auch der nordische Pavillon in Venedig und das Gletschermuseum in Fjærland (▶ S. 154) stammen von ihm.

Bankplassen 3 | Di., Mi., Fr. 11 – 17, Do. bis 19, Sa., So. 12 – 17 Uhr | Eintritt: 50 NOK, Do. frei | www.nasjonalmuseet.no

Schmuckvoller Rahmen

Gamle Logen

Auf dem Grev Wedelsplass 2 steht die **Alte Loge** von 1839 mit einem wunderschön ausgeschmückten Saal im Empirestil, der für Konzerte und andere Veranstaltungen genutzt wird.

Barocke Festungsarchitektur

Akershus festning

Auf der Landzunge (Akersnes) über dem Oslofjord steht die **Festung Akershus**, Ende des 13. Jh.s von Håkon V. begründet und während der Regierung Christians IV. in eine barocke Festung umgebaut. Vom Eingang am Festningsplass geht es zum eigentlichen Festungsbereich. Besichtigen kann man den Saal Christians IV. und die Schlosskirche, in deren Krypta König Håkon VII. (1872 – 1957) ruht. Die Säle des Schlosses werden heute von der Regierung zu Repräsentationszwecken genutzt. Im oberen Teil der Festung befindet sich das **Museum des norwegischen Widerstands** (Norges Hjemmefrontmuseum) gegen die Deutschen während des Zweiten Weltkriegs. Im Arsenalgebäude zeigt das **Militärgeschichtliche Museum** (Forsvarsmuseet) Waffen von der Wikingerzeit bis heute. Die **Wachablösung** auf der Festung findet täglich um 13.30 Uhr statt.

Norges Hjemmefrontmuseum: tgl. Mai – Aug. 10 – 17, Sept. – Apr. 10 bis 16 Uhr | Eintritt: 100/40 NOK | www.forsvaretsmuseer.no
Forsvarsmuseet: Akershus festning | tgl. 10 – 17 Uhr | Eintritt: 100/40 NOK | www.forsvaretsmuseer.no



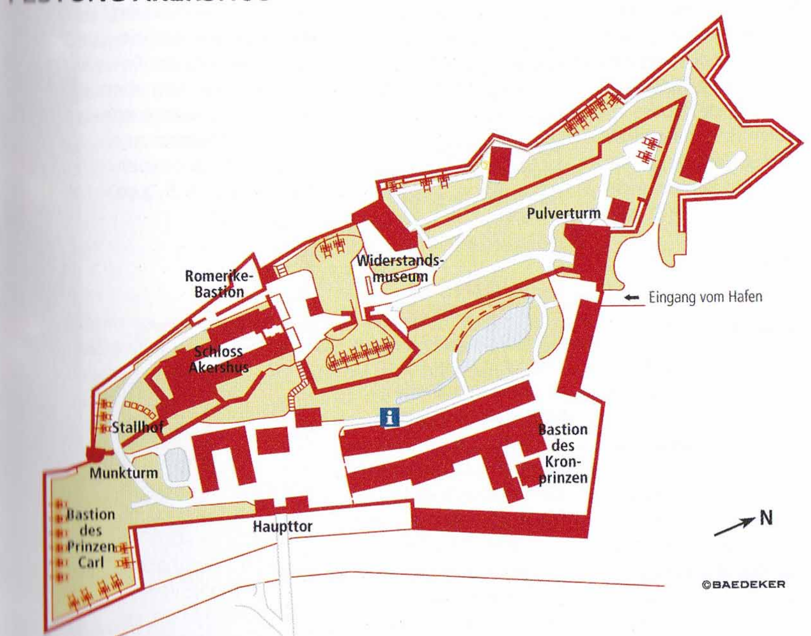
Ein großer Wurf

Operaen

Mit dem **neuen Opernhaus** ist den Osloern der große Wurf gelungen, die Vorstellungen sind fast immer ausverkauft, das Haus gilt als architektonisches Meisterwerk und als ein Wahrzeichen der Stadt. Zudem lädt es als begehbares Kunstwerk zum Schauen ein.

Über den Bau eines neuen Opernhauses war bereits Jahrzehnte diskutiert worden, bevor 1998 die ersten Pläne für ein Gebäude aus Beton, Marmor, Glas und Holz veröffentlicht wurden, das, ähnlich wie das Sydney Opera House, unmittelbar am Wasser entstehen sollte. Der rund 550 Mio. Euro teure Monumentalbau wurde von dem norwegischen Architekturbüro **Snøhetta**, das auch schon die neue Bibliothek von Alexandria in Ägypten konzipiert hatte, entworfen. 2008 konnte dann **das größte norwegische Kulturprojekt der Nachkriegszeit** als Mittelpunkt des neuen Stadtteils Bjørvika und neues Wahrzeichen Oslos mit viel Prominenz feierlich eingeweiht werden.
Von Anfang an heimste der Bau viel Lob und einige prestigeträchtige Preise ein. Das direkt vom Fjord aus ansteigende begehbare Dach ist zugleich Flaniermeile und spektakulärer Aussichtspunkt. Außerdem soll es die Offenheit der Kunst symbolisieren, die sich nicht abschottet und für jeden zugänglich ist.
Die kantige Fassade besteht zu 90 % aus weißem **Carrara-Marmor**, die restlichen 10 % aus norwegischem Granit. Auch an der Innenaus-

FESTUNG AKERSHUS





6X UNTERSCHÄTZT

Genau hinsehen, nicht daran vorbeigehen, einfach probieren!

1. ROSENMALEREI

Von außen wirkt die kleine Holzkirche von **Stordal** unscheinbar, doch wer eintritt, wird von der überbordenden Ausstattung überrascht sein. Wände, Decke und Säulen sind mit charakteristischem Dekor im barocken Renaissancestil bedeckt. (▶ S. 51)

2. FREILUFTKUNST

Die 36 Kunstwerke der Skulpturenlandschaft Nordland laden zu einer ungewöhnlichen Entdeckungsreise ein. Es lohnt sich, in der Einsamkeit und der Weite der **Nordlandsküste** mit den oft eigenwilligen Werken Zwiesprache zu halten. (▶ S. 148)

3. DIE SÜSSESTEN FRÜCHTE

In Valldal bedecken Erdbeerfelder das gesamte Tal. Die köstlichen Früchte werden frisch verkauft, aber auch zu Marmelade verarbeitet. Von **Geiranger** aus fährt im Sommer eine Fähre hin. (▶ S. 96)

4. SCHWINDELERREGENDE PERSPEKTIVE

Jeder hat wohl schon ein Foto vom **Preikestolen** gesehen. Doch erst, wenn man selbst auf der Felskanzel steht und sich an die Kante vorwagt, realisiert man, was es bedeutet, sich gut 600 m über der Wasseroberfläche des Lysefjords zu befinden. (▶ S. 335)

5. PARIS DES NORDENS

Ein wenig übertrieben mag der Vergleich sein, aber Tromsøs Nachtleben ist jenseits des Polarkreises unübertroffen. Die große Studentenszene macht **Tromsø** zu einer jungen, quicklebendigen Stadt. (▶ S. 340)

6. WEIHNACHTSZAUBER

Stimmungsvoll und feierlich geht es v. a. in **Oslo** vor Weihnachten zu, dem wichtigsten Fest in Norwegen. Üppig ist das Essen Julebord, natürlich gibt es auch Gløgg und Weihnachtsbier, stimmungsvolle Weihnachtsmärkte, geschmückte Weihnachtsbäume ... (▶ S. 244)

stattung, die hauptsächlich aus Eiche besteht, hat man nicht gespart. Den Großen Saal in Form eines Hufeisens hat man der Dresdner Semperoper nachempfunden, ihn schmückt ein Kronleuchter aus unzähligen Glasstücken, die als akustische Reflektoren dienen.

Im Rahmen des Projekts Fjordbyen spielt die Oper als Prestigeobjekt zwar eine wichtige Rolle, sie macht aber nur einen kleinen Teil von ihm aus. So verwandelt sich die Umgebung – der Stadtteil Bjørvika – nach und nach in ein attraktives und lebendiges Viertel mit Wohnungen, Büros, Geschäften und Restaurants, dessen Skyline neben der Oper das neue Munch-Museum mitprägt. Dazu gehört auch immer mehr Autos aus der Hafengegend verbannt werden.

Im Hafenbecken kann man die Skulptur **»Hun ligger«** der italienischen Künstlerin Monica Bonvicini bewundern. Sie ist aus Stein und Glas, schwimmt auf dem Wasser und wurde den Eisschollen des Gemäldes »Das Eismeer« von Caspar David Friedrich nachempfunden.

Kirsten Flagstads plass 1 | Tickets: Tel. 21 42 21 21 | www.operaen.no

Ein Schrei



Munchmuseet

Der Mund ist zu einem stummen Schrei des Entsetzens aufgerissen, die Hände liegen an den Ohren, die Frauengestalt ist in Panik vor etwas Unbekanntem, das der Beobachter nicht sieht: »Der Schrei« ist Edvard Munchs bekanntestes und ausdrucksstärkstes Gemälde. Viele sehen in ihm die Geburt des Expressionismus. Es ist aber wahrscheinlich auch ein Spiegel der seelischen Verfassung des Malers, der über sein Werk sagte:

> » Ich stand allein, bebend vor Angst. Mir war, als ging ein mächtiges, unendliches Geschrei durch die Natur. «

Waren es die ungewöhnlichen Wolkenformationen, die ihm Angst machten? Viele Kunsthistoriker glauben, dass die Asche des Vulkanausbruchs von Krakatau den Himmel rötlich färbte, Meteorologen halten es auch für möglich, dass Munch die seltenen Perlmuttwolken sah.

»Der Schrei« gilt nach der »Mona Lisa« von Leonardo da Vinci als das bekannteste Motiv der Kunstgeschichte. Munch hat **vier Versionen** gemalt bzw. gezeichnet – die erste von 1893 hängt im Nationalmuseum (▶ S. 259), zwei weitere hier. Zum Fundus des Munch-Museums gehören weitere berühmte Werke: »Das kranke Kind« (1886), »Die Mädchen auf der Brücke« (1899), »Der Tanz des Lebens« (1900) und der Zyklus »Lebensfries«.

Dem bekanntesten Maler Norwegens, der in Oslo aufgewachsen ist, widmet die Stadt ein neues Museum in Bjørvika, das die Skyline ebenso prägt wie die benachbarte Oper. Der spektakuläre, 60 m



Seit Oktober 2021 das Pilgerziel der Edvard-Munch-Bewunderer: das neue Munch Museum gleich hinter der Oper

hohe Bau mit der Fassade aus Glas und Aluminium wurde von den Architekten Juan Herreros und Jens Richter konzipiert. Das oberste Segment des Baukörpers kippt schräg ab – beinahe wie ein Materie gewordener Schrei und damit dem Maler angemessen. Nicht jedem gefällt das; die Planung war von heftigen Auseinandersetzungen begleitet. Aber man kann davon ausgehen, dass das neue »Munch« von den Osloer Bürgern ebenso schnell angenommen und geliebt wird wie die neue Oper. Das Munch präsentiert auf über 4500 m² in elf Galerien nicht nur die weltgrößte Sammlung von Munchs Werken in wechselnder Folge, sondern bietet auch anderen Künstlern Ausstellungsraum, dazu gibt es Konzerte und andere Veranstaltungen, natürlich sind Restaurant, Bar und Café vorhanden wie auch ein Kino - insgesamt ein neues Konzept für ein jetzt schon ikonisches Museum.

Edvard Munchs plass 1 | Sa. - Di. 10 - 18, Mi.- Fr. bis 21 Uhr | Eintritt: 160 NOK, bis 15 J. frei | www.munchmuseet.no

Deichman Bjørvika Bibliothek

Wenige Meter nördlich der Oper lockt seit 2020 Oslos neue Bibliothek nicht nur Lesefreunde. Das mit einem europäischen Kulturpreis ausgezeichnete spektakuläre Gebäude verwirklicht ein neues Bibliothekskonzept mit Raum für kulturelle Aktivitäten von Kino bis Workshops.

Anne-Cath. Vestlys plass 1 | Mo. - Fr. 8 - 22, Sa./So. 10 - 18 Uhr | https://deichman.no

Nördliche Innenstadt

Ein Rhabarbarschloss und Nils Holgerssons Gans

Damstredet

Am Nordende der Akersgata steht die katholische **St.-Olavs-Kirche** von 1853. Dahinter Kirche folgt man dem Akersveien ein Stück nach Norden und biegt dann ab in die Damstredet zum Fredensborgveien. In dieser Gasse mit ihren kleinen Holzhäusern aus dem 18. und 19. Jh. und den winzigen Gärten wohnen einst arme Handwerker und Arbeiter bewohnt. In Nr. 1 lebte von 1839 bis 1841 der Dichter **Henrik Wergeland** (1808 - 1845). Das zweistöckige getäfelte Holzhaus vom beginnenden 19. Jh. in der Damstredet 5 wird »Rhabarberschloss« genannt, denn in dessen Garten wurden großen Mengen Rhabarber angepflanzt. Auf dem Platz oberhalb sieht man »Nils Holgerssons Gans« von Edvin Öhrström (1971).

Hier ruhen Edvard Munch und Henrik Ibsen

Vår Frelsers Gravlund

Nördlich auf dem **Erlöserfriedhof** sind im »Ehrenwäldchen« (Æreslunden) in der Mitte des Friedhofs außer dem Maler Edvard Munch die Dichter Bjørnstjerne Bjørnson und Henrik Ibsen (alle ▶Interessante Menschen) sowie der Maler H. F. Gude bestattet.

Oslos ältestes Gebäude

Gamle Akerskirke

Am Nordende des Akersveien steht die **Alte Akerskirche**, die vermutlich 1150 von Olav Kyrre als Basilika anglo-normannischer Art erbaut wurde. Nach 1703, als das Inventar bei einem Brand zerstört wurde, erhielt die im Inneren eher schlichte Kirche ihr heutiges Taufbecken und die wunderschöne Kanzel.

Im Osten und Norden

Was jede(r) tun kann

Botanisk Have

Am östlichen Stadtrand von Oslo liegt der **Botanische Garten** (Eingang Trondheimsveien). Im neuen Klimahaus erfahren die Besucher alles über die Folgen des Klimawandels und was jede(r) Einzelne dagegen tun kann.

Sommer tgl. 7 - 21, Winter 7 - 17 Uhr, Gewächshäuser Mitte Mai - Sept. tgl. 10 - 20, sonst 10 - 17 Uhr | Eintritt: frei | www.nhm.uio.no/english/visiting

Zoologie, Botanik, Geologie

Naturhistorisk Museum

Auf der Höhe über dem Botanischen Garten präsentiert das **Naturkundliche Museum** in verschiedenen Gebäuden Ausstellungen zu Zoologie, Botanik und Geologie.

Sars gate 1 | Di. - So. 11 - 16 Uhr, Eintritt: 120/60 NOK | www.nhm.uio.no/english/visiting

Oslos Prenzlauer Berg

Grünerløkka

Vom Botanischen Garten erreicht man in westlicher Richtung in wenigen Minuten das Flüsschen Akerselv und kann an ihm entlang in nördlicher Richtung bis nach Grünerløkka schlendern. Grünerløkka ist längst etabliert als »in«-Stadtviertel. Der schönste Teil mit erhalten gebliebener gründerzeitlicher Bebauung und grünen Innenhöfen liegt rund um die Fontäne auf dem **Olaf Ryes plass** und erstreckt sich bis zur Pauluskirche im Norden. Wer nur wenig Zeit hat, kann sich auf das Viertel zwischen den parallel verlaufenden Hauptstraßen Markveien und Thorvald Meyers gate konzentrieren. Viele haben sich in den Stadtteil verliebt, andere schätzen ihn ganz pragmatisch wegen der noch erschwinglichen Mieten. Abends trifft man sich in der Kneipe um die Ecke und freut sich, dass das Bier einige Kronen billiger ist als auf der Karl Johan oder Aker Brygge.

Gerne wird Grünerløkka mit Londons Greenwich verglichen, doch es gibt auch Ähnlichkeiten mit dem Prenzlauer Berg in Berlin. Das liegt einerseits daran, dass sich der Architekt G. A. Bull im 19. Jh. bei der Gestaltung der Fassaden vom Berliner Vorbild inspirieren ließ. Es sind aber auch die Kneipen und Restaurants, in denen oft bis nach Mitternacht Betrieb herrscht, die den Charme von Grünerløkka ausmachen. Auch **Edvard Munch** war diesem Charme verfallen, von 1885 – 1889 wohnte er in der Thorvald Meyers gate 48 und malte hier auch einige Milieustudien wie 1887 »Glimt fra Grünerhaven«. Für die Umgestaltung des Geländes der ehemaligen Vulkan-Eisengießerei, links des Akerselva, in ein lebendiges Stadtviertel mit Wohn- und Gewerbeflächen, dessen Zentrum die **Mathallen** (Markthalle) mit zahlreichen Restaurants, Cafés und Feinkostläden bildet, wurde 2015 der Osloer Architekturpreis verliehen.

Für kleine und große Kinder

Norsk Teknisk Museum

... ist das **Norwegische Museum für Technik**, das Technik spielerisch vermittelt. Neben der Entwicklung der Metallverarbeitung vom Schmieden bis zu modernen Fabriken und der Erdgas- und Erdölförderung wird die Geschichte der Telekommunikation von den Feuerzeichen der Wikinger bis zum Internet dargestellt.

Kjelsåsveien 143 | Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 11 – 18, sonst Di. – Fr. 9 – 16, Sa., So. 11 – 18 Uhr | Eintritt: 165/110 NOK | www.tekniskmuseum.no

Oslos Westen

Shoppingmeilen und schöne Altbauten

Majorstua

Geht man vom westlichen Ende der Flaniermeile Karl Johan durch den Schlosspark, trifft man bald auf den **Hegdehaugsveien**, der in den **Bogstadveien** übergeht. Im gutbürgerlichen Stadtteil Majorstua

sind viele Straßen von schönen Altbauten gesäumt. Traditionell nennen die Osloer diese Gegend »Vestkanten« im Gegensatz zur »Østkanten« jenseits des Flusses Akerselva. Sowohl Hegdehaugsveien als auch Bogstadveien sind beliebte Shoppingmeilen, auf denen sich ein Geschäft ans andere reiht. In den zahlreichen Restaurants und Bars herrscht auch nach Geschäftsschluss noch Leben.

Der unausweichliche Lebenszyklus



Vigeland-Park

In einem jahrelangen Arbeitsrausch schuf der Bildhauer Gustav Vigeland (1869 – 1943) Hunderte von teilweise monumentalen Figuren, die er dann in der Vigeland-Anlage im **Frognerpark** entlang einer mehr als 800 m langen Achse in der aufstellte. Unverwechselbares Meisterwerk und Kulminationspunkt des Schaffens von Gustav Vigeland ist der aus einem einzigen Steinblock gehauene 17 m hohe **Monolith** auf einer Anhöhe im Park. Er zeigt 121 in sich verschlungene menschliche Körper, die den Lebenszyklus des Menschen symbolisieren. Heute würde man den Künstler vermutlich als Workaholic bezeichnen, denn die letzten 20 Jahre seines Lebens hat er fast ausschließlich an der Ausgestaltung des Parks gearbeitet. Die Arbeit an dem Monolithen beschäftigte ihn und mehrere Angestellte von 1928 bis 1942. Um den Monolithen hat Vigeland weitere Steinkolosse gruppiert, meist überlebensgroße nackte Menschen jeden Alters. Insgesamt hat er den Park mit **212 Skulpturen** geschmückt. Allein die Vigeland-Brücke in der Nähe des Haupteingangs wird von 58 Bronzegruppen umrahmt; unterhalb der Brücke stehen die Kinderskulpturen. Zu den bekanntesten gehört der **»Trotzkopf«** (Sinnataggen) mitten auf der Brücke, ein kleiner Junge, der seinem Unmut freien Lauf lässt. Gleich daneben steht eine Bronzefigur, die in einem Kreis eingeschlossen ist und verzweifelt auszubrechen versucht. Sie verdeutlicht das immer wiederkehrende Thema der gesamten Anlage: den Lebenszyklus, aus dem es kein Entrinnen gibt.

Die **Brunnengruppe**, ebenfalls Sinnbild und eine wunderbare Darstellung des Lebenszyklus selbst, ist der älteste Teil der Anlage. Geht man um diesen Brunnen herum, sieht man zuerst das kleine Kind, das

unbefangen in seinem Lebensbaum sitzt, dann den jungen Menschen in den Wirren der Pubertät und das erste Zusammentreffen der Geschlechter. Es folgen die Ehe und das Gebären; in einem Lebensbaum erkennt man eine erschöpfte Mutter. Schließlich schreitet das Alter voran. Der Großvater verabschiedet sich von seinem Enkel, bevor der Tod ihn holt. Der Übergang vom Reich der Toten ins Reich der Ungeborenen wiederum ist fließend. Die nackten Giganten, die in der Mitte des Brunnens stehen, sind dazu verdammt, für immer die schwere Wasserschale zu tragen. Den Abschluss der Anlage bildet das 1934 abgeschlossene Lebensrad, das aus sieben ineinander verflochtenen Leibern besteht und erst nach Vigelands Tod aufgestellt wurde.

Der Park ist ganzjährig rund um die Uhr zugänglich.

»OsloLove«

Stadtmuseum

Direkt neben dem alten Herrenhaus Frogner Hovedgård gibt das Stadtmuseum (Bymuseet) einen Überblick über die Geschichte Oslos vom 13. Jh. bis heute; wechselnde Ausstellungen zeigen u. a. das Alltagsleben im Zweiten Weltkrieg oder mit »OsLove« Highlights der Stadtgeschichte..

Frognerveien 67 | Di. - So. 11 - 16 Uhr | Eintritt frei | www.oslomuseum.no

Die Skulpturen im Vigeland-Park sorgen für viel Gesprächsstoff.



Atelier und letzte Ruhestätte Vigelands

Vigeland-Museum

Südwestlich vom Stadtmuseum, jenseits der Halvdan Svartesgate, befindet sich das als Museum eingerichtete Atelier Gustav Vigelands. Im Turm steht die Urne mit Vigelands Asche.

Nobels gate 32 | Mai - Aug. Di. - So. 10 - 17, sonst 12 - 16 Uhr | Eintritt: 100 NOK, bis 18 J. frei | www.vigeland.museum.no

Kuriosum

Emanuel Vigeland Museum

Das Emanuel-Vigeland-Museum ist Gustavs Bruder **Emanuel Vigeland** (1875 - 1948) gewidmet. Es steht im Stadtteil Vinderen und gehört zu den Kuriositäten Oslos. Vigelands Fresko »Vita« mit nackten Personen, die geboren werden, sich lieben, alt werden und sterben, ist in einem kirchenähnlichen, fensterlosen Gebäude zu sehen, in dem alle Laute viele Male widerhallen.

Grimelundsveien 8 | Mitte Mai - Mitte Sept. So. 12 - 17, sonst So. 12 bis 16 Uhr | Eintritt: 90 NOK, bis 18 J. frei | www.emanuelvigeland.museum.no



Museumsinsel Bygdøy

Einen Ausflug wert

Der attraktive Stadtteil, einst eine Insel westlich des Zentrums, heute nur noch eine Halbinsel, bietet eine Reihe hochkarätiger Museen, noble Villen, schöne Strände und einen weitläufigen Bauernhof.Im Sommer fahren Boote ca. alle 30 Min. vom Rathauskai zur Halbinsel Bygdøy gibt es ansonsten Busverbindung vom Zentrum.

Die schönste Einstimmung auf Bygdøy ...

Insel für jeden Geschmack

... ist die kurze **Bootsfahrt** vom Rathaus nach Dronningen oder Bygdøynes. Auch ausdauernde Museumsgänger kommen hier auf ihre Kosten. Zudem kann man sich ganz nach dem eigenen Geschmack die persönlichen Highlights zusammenstellen, denn alle Museen wird man sicher nicht an einem Tag schaffen. Zur Auswahl stehen das Norwegische Volkskundemuseum, das Wikingerschiffsmuseum, das Fram-Museum, das Seefahrtsmuseum und das Kon-Tiki-Museum.

Um den müden Füßen ein wenig Erholung zu gönnen, kann man sich beim Fram-Museum für ein Picknick ans Wasser setzen und den Schiffen auf dem Oslofjord zuschauen. Oder man macht es wie die Einheimischen und schlendert durch das noble Villenviertel zu einem der Strände. **Paradiesbukta** und **Hukodden** sind die Favoriten, beides Sandstrände am Fjord, an Letzterem ist das Strandrestaurant ein beliebter Ort, um den Sonnenuntergang zu genießen.

Die größte Sammlung ihrer Art

Norsk Folkemuseum

Das Norwegische Volkskundemuseum umfasst mehrere Gebäude und ein großes Freilichtmuseum mit ca. 150 Häusern aus allen Landesteilen auf einer Fläche von 14 ha und ist damit die größte Sammlung dieser Art in Norwegen. Im Hauptgebäude sind Trachten, Gebrauchsgegenstände, Teppiche und alte Möbel mit Rosenmalerei ausgestellt; gezeigt wird eine **»Samenschau«** mit Trachten, Zelten und Geräten für Rentierzucht, Jagd und Fischfang. Gleich hinter den Hauptgebäuden wurde eine Straße des ehemaligen Christiania errichtet, in der enge Arbeiterwohnungen, kleine Vorstadthäuschen, Ställe, ein Bonbonladen und stattliche Häuser aus dem 18./19. Jh. zu sehen sind. Besonders hübsch ist die Alte Apotheke mit dem **Apothekermuseum**. Einige Schritte entfernt liegt ein kleiner Kräutergarten.

Die Hauptattraktion des Volksmuseums ist das **Freilichtmuseum**, das sich über eine große Parkanlage erstreckt. Hier kann man stattliche Bürgerhäuser, Hofanlagen mit Vorratshäusern (Stabbur), Ställe und Unterkünfte der Knechte und Mägde aus den verschiedensten Landesteilen bestaunen. Besonders sehenswert ist die Raulandstue (um 1300) aus dem Numedal. Eine weitere Attraktion ist die **Stabkirche von Gol** (um 1200) aus dem Hallingdal. König Oscar II. kaufte sie, als sie in Gol abgerissen werden sollte, und schenkte sie 1894 dem Museum. Der Innenraum ist sehr gut original erhalten, das Äußere wurde nach dem Vorbild der Stabkirche von Borgund rekonstruiert.

Museumsveien 10 | Mitte Mai – Mitte Sept. tgl. 10 – 17, sonst Mo. – Fr. 11 – 15, Sa./So. bis 16 Uhr | Eintritt: 180/40 NOK | www.norskfolkemuseum.no

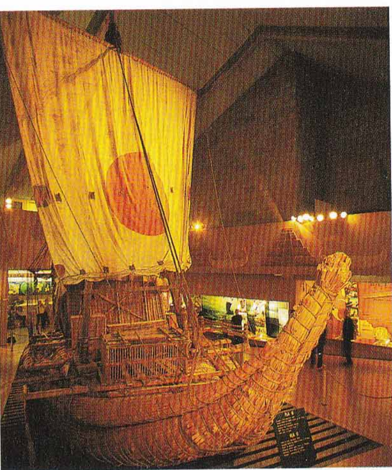
Feuchtes Grab

Vikingskiphuset

Südlich vom Volksmuseum sind im **Wikingerschiffsmuseum** drei eindrucksvolle Boote aus dem 9. Jh. zu sehen, die nach ihren Fundorten benannt sind: »Oseberg«, »Gokstad« und »Tune« (zum Osebergschiff ►S. 274). Alle drei Schiffe wurden von den Wikingern als Grabstätten für männliche und weibliche Häuptlinge verwendet – das Oseberg- und das Gokstadschiff wären übrigens auch heute noch absolut seetüchtig.

Das 1903 nördlich von Tønsberg entdeckte **Osebergschiff**, auf dem eine Wikingerfürstin bestattet worden war, ist der hervorragendste und umfangreichste Fund aus der vorchristlichen Zeit des Nordens. Dank des feuchten Torfbodens blieb organisches Material wie Holz und Textilien erhalten. Das 1880 bei Gokstad ausgegrabene **Gokstadschiff**, das im Gegensatz zum Osebergschiff ein Seeboot und daher weniger reich verziert war, hat ebenfalls als Grabstätte gedient. Es ist als Segel- und Ruderschiff eingerichtet, an der obersten Planke wurden die Schilde der Krieger aufgehängt. Eine



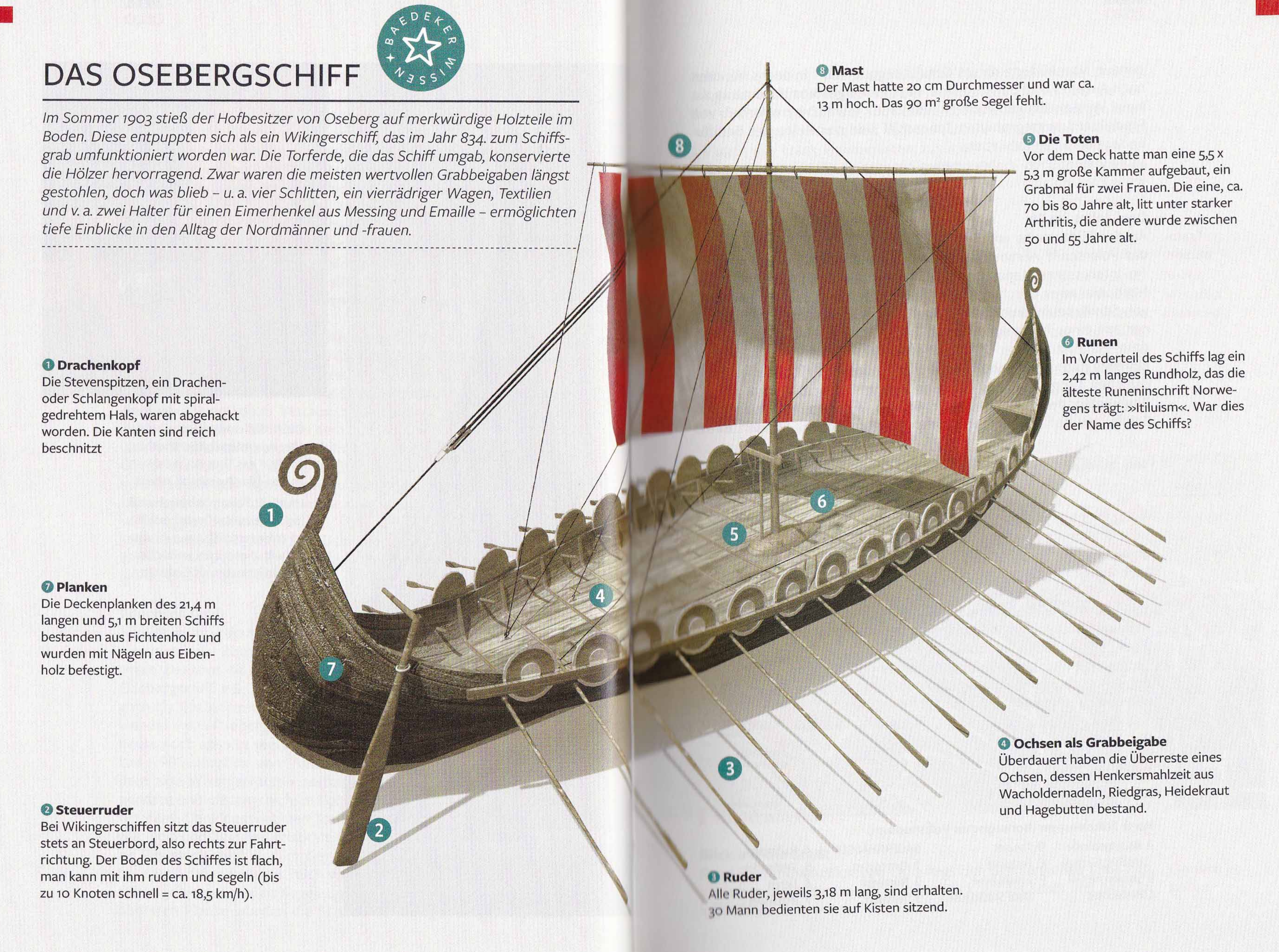


OBEN: Auf einem Papyrusboot über den Atlantik: Der Nachbau der Ra II des Thor Heyerdahl ist im Kon-Tiki-Museum zu sehen.

LINKS: Auf einem Wikingerschiff ins Jenseits: das Osebergschiff, im Wikingerschiffsmuseum ausgestellt, diente zwei weiblichen Persönlichkeiten als Grabstätte.

DAS OSEBERGSCHIFF

Im Sommer 1903 stieß der Hofbesitzer von Oseberg auf merkwürdige Holzteile im Boden. Diese entpuppten sich als ein Wikingerschiff, das im Jahr 834. zum Schiffsgrab umfunktioniert worden war. Die Torferde, die das Schiff umgab, konservierte die Hölzer hervorragend. Zwar waren die meisten wertvollen Grabbeigaben längst gestohlen, doch was blieb – u. a. vier Schlitten, ein vierrädriger Wagen, Textilien und v. a. zwei Halter für einen Eimerhenkel aus Messing und Emaille – ermöglichten tiefe Einblicke in den Alltag der Nordmänner und -frauen.



1 Drachenkopf
Die Stevenspitzen, ein Drachen- oder Schlangenkopf mit spiralgedrehtem Hals, waren abgehackt worden. Die Kanten sind reich beschnitzt

2 Steuerruder
Bei Wikingerschiffen sitzt das Steuerruder stets an Steuerbord, also rechts zur Fahrtrichtung. Der Boden des Schiffes ist flach, man kann mit ihm rudern und segeln (bis zu 10 Knoten schnell = ca. 18,5 km/h).

3 Ruder
Alle Ruder, jeweils 3,18 m lang, sind erhalten. 30 Mann bedienten sie auf Kisten sitzend.

4 Ochsen als Grabbeigabe
Überdauert haben die Überreste eines Ochsen, dessen Henkersmahlzeit aus Wacholdernadeln, Riedgras, Heidekraut und Hagebutten bestand.

5 Die Toten
Vor dem Deck hatte man eine 5,5 x 5,3 m große Kammer aufgebaut, ein Grabmal für zwei Frauen. Die eine, ca. 70 bis 80 Jahre alt, litt unter starker Arthritis, die andere wurde zwischen 50 und 55 Jahre alt.

6 Runen
Im Vorderteil des Schiffs lag ein 2,42 m langes Rundholz, das die älteste Runeninschrift Norwegens trägt: »Itiluism«. War dies der Name des Schiffs?

7 Planken
Die Deckenplanken des 21,4 m langen und 5,1 m breiten Schiffs bestanden aus Fichtenholz und wurden mit Nägeln aus Eibenholz befestigt.

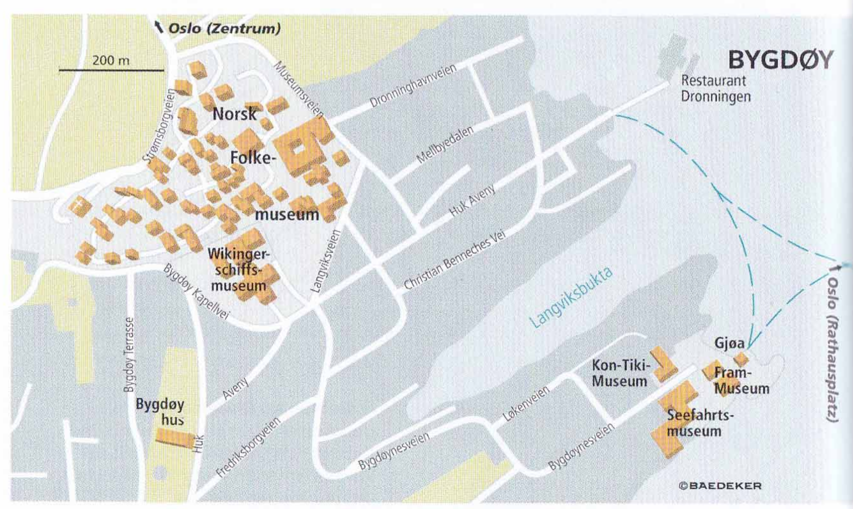
8 Mast
Der Mast hatte 20 cm Durchmesser und war ca. 13 m hoch. Das 90 m² große Segel fehlt.

genaue Nachbildung dieses Schiffs segelte 1893 in sechs Wochen nach Amerika und bewies somit, dass **Wikinger vor Kolumbus** die Neue Welt entdecken konnten. Vom 1867 etwa 10 km oberhalb von Fredrikstad ausgegrabenen Tuneschiff sind nur Reste des Schiffsbodens erhalten geblieben.
Huk aveny 35 | wg. Umbauarbeiten bis vorauss. 2025/2026 geschl. | www.khm.uio.no/vikingskipshuset

Drei Jahre im Eis

Fram-museet

An der Südostseite von Bygdøy steht das **Fram-Museum**, in dem das Polarschiff »Fram« ausgestellt ist, mit dem **Fridtjof Nansen** (▶ Interessante Menschen) zwischen 1893 und 1896 seine Drift im Nordpolarmeer durchführte. Mit dem von dem schottischstämmigen Schiffsbauingenieur Colin Archer konstruierten Dreimastschoner mit einer Hilfsmaschine von 220 PS wollte Nansen beweisen, dass das Polareis von Sibiren über das Polarmeer und vorbei am Nordpol nach Grönland treibt. Auf 84° nördlicher Breite und 102° östlicher Länge verließen Nansen und Hjalmar Johansen mit 28 Zughunden, zwei Kajaks, drei Schlitten und 700 kg Ausrüstung das Schiff, um auf Skiern den Nordpol zu erreichen. Nansen hatte



Norsk Folkemuseum (Norwegisches Volksmuseum)

A Hauptgebäude (Möbel, Geräte)	D Theater	BAUERNHÄUSER	4 Hallingdal
	E Festplatz	1 Østerdalen	5 Vestlandet
B Stabkirche Gol	F Gamle byen	2 Numedal	6 Jæren
C Restaurant	(Alte Stadthäuser)	3 Telemark	7 Østlandet

Johansen gewählt, weil dieser Experte für Schlittenhunde und ein ausgezeichneter Skiläufer war. Der Versuch scheiterte, und die beiden marschierten wieder südwestwärts Richtung Spitzbergen. Nur mit drei Tagen Unterschied kehrten sowohl Nansen und Johansen als auch die Fram wohlbehalten zurück – die »Fram« landete in Skjervøy, Nansen und Johansen in Hammerfest. In Tromsø gab es schließlich ein feierliches Wiedersehen.
Bygdønesveien 39 | Juni – Aug. tgl. 10 – 17 Uhr | Eintritt: 140/50 NOK | https://frammuseum.no

Alles was schwimmt

Norsk Maritimt Museum

Das Marinemuseum direkt neben dem Fram-Museum ist eine Goldgrube für alle an der Schifffahrt Interessierten. Hier stehen Modelle verschiedenster Schiffe und Boote, vom kleinen Ruderboot bis zum großen Öltanker, außerdem gibt es Ausstellungen über Fischfang, Tiefseearchäologie und Wetterkunde sowie diverse Film- und Videovorführungen. Vor dem Seefahrtsmuseum wurde das Polarschiff »Gjøa« aufgebockt, mit dem der norwegische Polarforscher **Roald Amundsen** (▶ Interessante Menschen) von 1903 bis 1906 die Nordwestpassage bewältigte.
Bygdønesveien 37 | Mitte Mai – Sept. tgl. 11 – 17, sonst Di. – So. 11 bis 16 Uhr | Eintritt: 140/50 NOK | https://marmuseum.no/

Thor Heyerdahl und der Beweis

Kon-Tiki Museet

Gegenüber dem Fram-Museum steht in einem Gebäude das aus Balsaholz gefertigte Floß »Kon-Tiki«. Damit segelte der norwegische Anthropologe Thor Heyerdahl (▶ Interessante Menschen) 1947 von Callao in Peru zu den ostpolynesischen Inseln und bewies damit, dass es den Ureinwohnern Südamerikas in präkolumbischer Zeit auch praktisch möglich war, Polynesien zu erreichen. Außerdem sind hier vorgeschichtliche Boote, eine Unterwasserausstellung und die Nachbildung einer Familienhöhle von der Osterinsel zu sehen. Man kann auch das nach ägyptischem Vorbild gebaute, 14 m lange Papyrusboot »Ra II« bewundern, mit dem Heyerdahl gemeinsam mit einer Gruppe von Männer aus acht Nationen 1970 von Safi (Marokko) über den Atlantik nach Barbados gelangte.
Bygdøynesveien 36 | März – Mai tgl. 10 – 17, sonst 11 – 17 Uhr | Eintritt: 140/50 NOK | www.kon-tiki.no

Rund um Oslo

Blick auf die Stadt

Grefsen-kollen

Rund 9 km nordöstlich von Oslo liegt der Grefsenkollen (364 m). Von oben bietet sich ein prächtiger Blick auf die Stadt und den Oslofjord.



Die historische Holmenkollenschanze war die ältetset Skisprungschanze der Welt. Sie ist aber durch einen Neubau ersetzt worden.

Bedeutende Sammlung moderner Kunst



Henie Onstad Kunst-senteret

Rund 12 km südwestlich vom Stadtzentrum (Ausfahrt E 18) liegt auf Høvikodden das Henie-Onstad-Kunstzentrum, das mit dem Bus vom Hauptbahnhof gut erreichbar ist. Es wurde durch eine Stiftung von Sonja Henie und ihrem Gatten, dem Schiffsreeder Niels Onstad, gegründet und enthält eine bedeutende **Sammlung moderner Klassiker** wie Miró, Matisse, Picasso, Christo, Ferdinand Finne und Horst Janssen. Die Sammlung umfasst auch Werke von vielen norwegischen und anderen skandinavischen Künstlern. In einem Raum werden die Pokale der Eiskunstläuferin Sonja Henie (1912 – 1969) gezeigt, die zwischen 1928 und 1936 dreimal olympisches Gold errang.

Ein Spaziergang durch den recht malerisch am Fjord gelegenen Skulpturenpark ist ein schöner Abschluss des Museumsbesuchs. Die flach abfallende **Badebucht** ist für Kinder besonders geeignet.
Sonja Henies vei 31 | Di. - So. 11 - 17 Uhr | Eintritt: 130 NOK, bis 18 J. frei | www.hok.no

Erst von oben ...



Holmen-kollen

... erkennt man **Oslos einmalige Lage** am Fjord und die schier endlosen Wälder der Umgebung. Am einfachsten ist es, mitten in der Stadt in die **Holmenkollbahn** zu steigen und bis zur Skisprungschanze und dann weiter nach Frognerseteren zu fahren. Am Wochenende wird man sommers wie winters vermutlich kaum einen Platz bekommen, denn dann zieht es die Osloer in Scharen in die Natur. Die Holmenkollbahn, aus der später die T-Bane-Strecke wurde, war die erste Vorortbahn der norwegischen Hauptstadt und wurde 1898 in Betrieb genommen. In den Osloer Vororten entlang der Strecke weichen Mietshäuser bald Einfamilienhäusern mit kleinen Gärten. Auch rund um die Station Holmenkollen ziehen sich schmucke Häuschen terrassenförmig den Berghang hinauf. Wer hier wohnt, genießt tagtäglich einen einmaligen Blick auf die Stadt und den Fjord, muss diese privilegierte Wohnlage allerdings auch ziemlich teuer bezahlen.
Nach einem kurzen Fußmarsch steht man schließlich am Fuß der Skisprungschanze. Jahrzehntelang fiel schon vom Fjord die markante Silhouette der **Holmenkollenschanze** (Holmenkollenbakken) ins Auge. Der erste Wettkampf fand hier 1892 statt, allerdings noch auf einer viel kleineren Schanze, und brachte die Rekordweite von 21,5 m. Seit diesem Jahr findet auch das Holmenkollen-Skifestival statt. 1952 wurden am Holmenkollen die Olympischen Winterspiele ausgetragen. Seitdem gab es regelmäßig Weltcupwettbewerbe im Skispringen, Skilanglauf und Biathlon. Doch die ehrwürdige Schanze entsprach nicht mehr den Bestimmungen für internationale Großveranstaltungen. Schweren Herzens haben sich deshalb die Osloer entschlossen, ihr Wahrzeichen durch einen Neubau zu ersetzen. Der 2008 begonnene Neubau war dann pünktlich zur Nordischen Skiweltmeisterschaft 2011 fertig. 2019 stellte der Norweger obert Johansson mit 144 m den Schanzenrekord mit 144 m auf.
Ein Fahrstuhl bringt Besucher zur Aussichtsplattform, von der man einen weiten Blick über die Stadt genießt. Unter dem Schanzenturm beleuchtet das **Skimuseum** die Geschichte des Skilaufs von den Anfängen bis in die Gegenwart beleuchtet. Für die Norweger ist es ein wichtiges Museum, denn mit Stolz behaupten sie, dass sie den Skilauf erfunden haben. So erklärt sich auch das Sprichwort, das behauptet, ein echter Norweger käme schon mit Skiern an den Füßen zur Welt.
Homenkollenbakken/Skimuseet: Kongeveien 5 | Juni - Aug. tgl. 9 - 20, Mai, Sept. 10 - 17, sonst 10 - 16 Uhr, Eintritt (mit Sprungturm): 160/80 NOK | www.skiforeningen.no/holmenkollen

Hölzener Luxus

Holmenkollen Park Hotel

Ein lohnender Abstecher vom Skimuseum führt zum Holmenkollen Park Hotel, einem imposanten Holzpalast im Drachenstil, dessen ältester Teil aus dem Jahr 1894 stammt. Der ursprüngliche Teil des Hotels ist auch von innen sehenswert, Truhen und Schränke, geschnitzte Balken und Geländer in honigfarbenem Holz strahlen Eleganz und Gemütlichkeit aus. Nicht versäumen sollte man auch einen Blick auf den prächtig verzierten Hintereingang des Hotels. Abends wird das Gebäude – ebenso wie die Sprungschanze – angestrahlt und ist dann ein ganz besonderer Blickfang. Das Restaurant **»De Fem Stuer«** zählt zu den besten, allerdings auch teuersten der Stadt.

Dorado für Skifahrer

Skigebiet

Der 371 m hohe Holmenkollen ist im Winter auch das wichtigste Skigebiet der Hauptstadt. Während des **Holmenkollen-Skifestes** im März verwandeln sich die bewaldeten Hügel in eine einzige Skiarena. Von Oslo führt eine gute Straße bis Frognerseteren (13 km) und zum Aussichtsturm Tryvannstårnet. Viel bequemer und schöner ist jedoch die Fahrt mit der Stadtschnellbahn vom Nationaltheater (▶ S. 256).

Gute Aussichten

Frognerseteren, Tryvannstårnet

Die Straße führt aufwärts, vorbei an der Abzweigung zum Voksenkollen, zum viel besuchten Restaurant »Frognerseteren« auf einer Höhe von 437 m. Von hier gelangt man zu Fuß in 20 bis 25 Minuten nordwestlich zur Tryvannshøgda (529 m ü. d. M.) mit dem 118,5 m hohen Fernsehturm Tryvannstårnet (1962), zu dem ein Fahrstuhl hinaufführt.

Norwegens Held zum Ersten

Roald Amundsens Hjem

Südlich von Oslo zweigt man von der E 18 auf die RV 182 ab und folgt dieser bis zur Abzweigung am Gjersjøen nach **Svartskog**. Hier steht in idyllischer Umgebung direkt am Bunnefjord, einem Arm des Oslofjordes, die im Schweizerstil errichtete Holzvilla »Uranienborg«, der ehemalige Wohnsitz des Polarforschers Roald Amundsen (▶ Interessante Menschen). Amundsen lebte hier von 1908 bis zu seinem Tod, als er beim Versuch, den italienischen Luftschifffahrer Nobile zu retten, selbst ums Leben kam.

Norwegens Held zum Zweiten

Roald Amundsens fødested

Im Amundsen-Museum in Amundsens **Geburtsort Torp** wird über Norwegens größten Entdeckungsreisenden und seine Polarexpeditionen informiert (Framveien 7).

Framveien 7 | Mitte Juni – Mitte Sept. Di. – So. 11 – 16 Uhr | Eintritt: 100/50 NOK | www.visitoestfold.com

Beliebtester Freizeitpark Ostnorwegens

Tusenfryd

Direkt an der Kreuzung der E 18 mit der E 6 liegt Tusenfryd, der beliebteste Freizeitpark Ostnorwegens mit **Nordeuropas derzeit größter hölzerner Achterbahn**. Besonders hübsch ist das Wikingerland, in dem man Einblick in alte Wikingertraditionen erhält. Für die Jüngsten gibt es einen eigenen Park und ein Badeland.

Fryds vei 25 | ab Anfang Mai, sehr unterschiedliche Öffnungszeiten Juli – Mitte Aug. tgl. 10.30 – 19 Uhr | Eintritt: nach Körpergröße, ab 399 NOK/Tag für 120 cm und kleiner| www.tusenfryd.no

OSLOFJORD

Gebiet: Ostnorwegen



Sommerparadiese, Küstenstädte und Kultur, Naherholungsgebiet: Der 100 Kilometer lange Oslofjord bietet Abwechslung und ist seit jeher die Lebensader des Landes. Heute lebt in seiner Nähe mehr als ein Drittel aller Norweger, an seinem Ende liegt die Hauptstadt Oslo. Die frühesten menschlichen Siedlungen gehen bis in die Jungsteinzeit zurück, und auch die Wikinger haben hier ihre Spuren hinterlassen.



Obwohl die Fjordufer und die zahlreichen Inseln für norwegische Verhältnisse dicht besiedelt sind, finden sich noch genügend stille, grüne Flecken. Auf relativ engem Raum bietet die Fjordregion viel Abwechslung. Die schönsten Sommerparadiese und Küstenstädte mit sehenswerten Museen liegen vor allem am Westufer, am Ostufer lohnt die alte Festungsstadt Fredrikstad einen Besuch. Der Fjord ist wichtige Lebensader, aber auch hervorragend erschlossenes Naherholungsgebiet für die Hauptstädter.

Wohin an der Westseite des Oslofjords?

Der erste Ort am eigentlichen Oslofjord ...

Horten

... ist die Hafenstadt Horten (20 700 Einw.). In den alten Gebäuden der Marinestation Karljohansvern nördlich des Zentrums befindet sich das **Marinemuseum**. Davor steht die »Rapp« von 1872, das älteste Torpedoboot der Welt. Im gleichen Gebäudekomplex liegt auch das **Preus-Fotomuseum**, international renommiert und das einzige seiner Art in Norwegen. Die Ausstellungshallen wurden von dem bekannten Architekten Sverre Fehn entworfen.

OSLOFJORD ERLEBEN



FREDRIKSTAD TOURISTINFORMATION

Kirkegaten 31B
1632 Gamle Fredrikstad
Tel. 69 30 46 00
www.visitoestfold.com

In den meisten Orten am Oslofjord wie Horten oder Sandefjord gibt es Touristeninformationen in vielen Hotels, erkennbar an dem weißen Würfel mit einem »i« in einem blauen Dreieck. Sie halten Tourentipps, Broschüren, Karten und anderes Informationsmaterial bereit.



Segeln wie die Wikinger: Die »Gaia«, eine originalgetreue Kopie des altehrwürdigen, ca. 1200 Jahre alten Gokstadschiffs, liegt in Sandefjord am Museumskai und sticht hin und wieder zu Rundfahrten in See (Infos in den Touristeninformationsstellen). Ein echtes Vergnügen ist die achtstündige **Bootstour** auf dem Haldenkanal. In Strømsfoss starten die historischen Dampfer »M/S Turisten« und »M/S Strømsfoss« nach Tistedal (Juni – Aug. am Mi., Fr., Sa., So. um 10 bzw. 11 Uhr). **Radeln**: Schöne Touren sind auf einem der fünf ausgeschilderten Radwege möglich, etwa auf dem Oldtidsvei oder auf dem Glommastien entlang der Glomma (Infos und Fahrradverleih beim Touristenbüro).



HAVARIET €€€€

Schön an diesem Restaurant ist die Promenade direkt vorm Haus. Wenn man dort sitzt, wird das Essen fast nebensächlich. Wenn man sich darauf konzentrieren will, sollte man einen Tisch oben unterm Dach buchen, wo man sehr gemütlich sitzt und speist. Die Karte ist klein und bietet von Fisch bis Fleisch beste Qualität.
Nedre Langgate 30e, Tønsberg
Tel. 33 35 83 90
https://havariet.no

HANKØ SEILERKRO €€€

Das hübsche Sommerrestaurant am Gästehafen gehört zum Hankø Fjordhotel. Sie können mit dem Auto anreisen oder mit dem eigenen Boot – das Essen schmeckt hervorragend.
Vikaneveien, Gressvik
Tel. 69 38 28 50
www.hankohotell.no

ENGELSVIKEN BRYGGE €€€

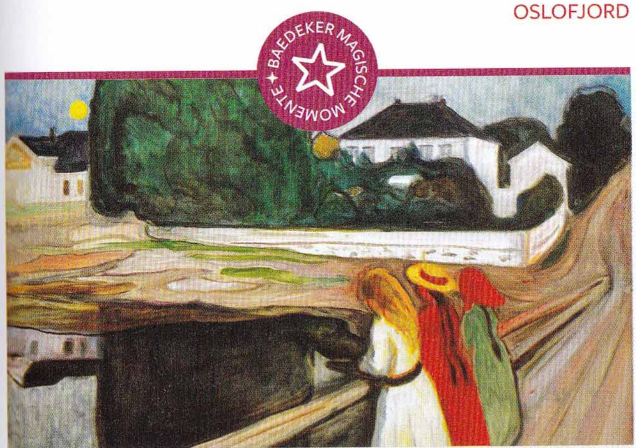
Das versteckte Fischrestaurant in der Bucht von Engelsviken (15 km nordwestlich von Fredrikstad) bereitet die topfrischen Fische und Meeresfrüchte so köstlich zu, dass die Gäste selbst aus Oslo anreisen.
Engelsvikenveien 6,
Engelsviken
Tel. 69 35 18 40
www.engelsvikenbrygge.no

MAJOR STUEN €€€

Hier wird Geschichte zelebriert, sie hängt auch an den Wänden. Das Restaurant passt zur Umgebung der historischen Altstadt von Fredrikstad. Im »Majoren« gibt es aber sehr zeitgemäße Küche, mit leckeren Fisch- und Wildgerichten.
Voldportgata 73
Gamle Fredrikstad
Tel. 69 32 15 55
www.majoren.no

DET GAMLE BAGERI OST & VINHUS €-€€

Nach dem Besuch des Drøbaker Weihnachtshauses kann man zum Lunch oder zum Kaffee und Kuchen



MÄDCHEN AUF DER BRÜCKE

Viele Sommer verbrachte Edvard Munch im Städtchen Åsgårdstrand. Hier entstanden auch mehrere Versionen seines Strandmotivs »Die Mädchen auf der Brücke«. Damals gab es am Hafen noch eine lange Holzbrücke, die zum Dampfschiffkai hinausführte. Sie wurde 1894 gebaut, aber schon zehn Jahre später wieder abgerissen. Heute führt an ihrer Stelle eine Steinmole zu den Yachten im Hafen. Schauen Sie, sein Gemälde vor Augen, hinaus und träumen Sie wie die Mädchen am Hafen (▶ S. 282).

in dieser gemütlichen, rustikalen Kneipe einkehren. Abends treffen sich hier die Drøbaker auf ein Glas Wein, oft mit Live-Musik.
Havnebakken 1, Drøbak
Tel. 64 93 21 05



HOTEL REFSNES GODS €€€€

Das auf einer Insel im Oslofjord gelegene luxuriöse Hotel ist in einem herrschaftlichen Anwesen aus dem 18. Jh. untergebracht. Das sehr ruhige Haus verfügt über eine 400 Werke umfassende Kunstsammlung (darunter Originale von Munch und Warhols, einen eigenen Strand und einen Bootsanleger.
Godset 5, Moss
Tel. 69 27 83 00
www.classicnorway.no

UNIKE GRAND HOTEL €€€

Direkt am Strand gelegenes, komfortables Ferienhotel mit angenehmer Atmosphäre, das sich dem Maler Edvard Munch, dem einst berühmtesten Feriengast des kleinen Ortes, verpflichtet fühlt.

Havnegata 6
Åsgårdstrand
Tel. 33 02 07 40
https://unikegrandhotel.no

HOTEL KONG CARL €€-€€€
Ein bisschen kann man sich im »König Karl« schon fühlen wie ein König. In dem zentral gelegenen, altehrwürdigen Haus, das Ende des 17. Jh.s erbaut wurde, gibt es zum Beispiel die »historischen Zimmer«. Die Einrichtung des bereits seit 1721 als Gasthof genutzten Hotels ist äußerst gediegen. Der Komfort aber ist neuzeitlich und die Küche exzellent.
Torgata 9
Sandefjord
Tel. 33 46 31 17
www.kongcarl.no

4 km südlich der Stadt, in der Nähe der mittelalterlichen Kirche von Borre, liegt das kunstvoll gestaltete Mittelalterzentrum **»Midgard«** mit effektvollen, auch für Kinder höchst spannenden Darstellungen der Geschichte der Wikinger. Der kleine Borre Nationalpark besitzt Nordeuropas größte Ansammlung von Königsgräbern: sechs große, bis zu 6,5 m hohe und 21 kleinere Grabhügel.
Preus Museum: Kommandørkaptein Klincks vei 7 | Juli. Di. - So. 11 - 16, sonst Do./Fr. 11 - 15, Sa./So. bis 16 Uhr | Eintritt: 80/50 NOK, Di. frei | www.preusmuseum.no | **Midgard historisk senter:** Birkelyveien 9 | Mitte Juni - Aug. tgl. 11 - 16 Uhr | Eintritt: 120/90 NOK | https://vestfoldmuseene.no/midgard-vikingsenter

Edvard Munchs wilde Jahre

Åsgårdstrand

Den ersten seiner vielen Sommer verbrachte der Maler Edvard Munch (▶ Interessante Menschen) 1889 in Åsgårdstrand. Acht Jahre später kaufte er sich in dem kleinen Ort eine Fischerhütte aus dem 17. Jh., in der er einen bedeutenden Teil seiner Werke malte. Über seine Zeit in Åsgårdstrand sagte er einmal:

»
Ich sitze in dem einzigen angenehmen Haus, in dem ich je gewohnt habe.
«

Der kleine Ort am Oslofjord war schon gegen Ende des 19. Jh.s Treffpunkt der Osloer Künstlerszene. Heute ist Åsgårdstrand ein typisches Küstenstädtchen mit weiß gestrichenen Holzhäusern, hinter deren Zäunen die Blumen üppig blühen. Im Juli wird das Städtchen von der Sonne verwöhnt. Munch zu Ehren haben die Stadtväter eine Straße nach ihm benannt, die zu seinem geliebten **»Lykkehuset«** führt. In seinem kleinen Glückshaus, das etwas oberhalb vom Strand steht, ist heute ein **Museum** untergebracht. Neben dem kleinen gelben Wohnhaus steht noch ein roter Schuppen, der Munch als Atelier diente. In seinem bescheidenen Haus ist alles so geblieben, wie es zu seinen Lebzeiten war, die Bettdecke ist glatt gezogen, das Mobiliar spartanisch, ein Tisch, ein Stuhl und der Wandschrank mit allerlei Medizinfläschchen. Hier spielte sich auch der dramatischste Vorfall seiner wilden Jahre ab, als sein Revolver während einer Auseinandersetzung mit Tulla Larsen losging, einer Frau, zu der er immer ein recht zwiespältiges Verhältnis hatte. Die Umstände dieser Streiterei, die ihn ein Stück Finger kosteten, wurden allerdings nie genau geklärt.
Bei den **Åsgårdstrand-Tagen**, die jedes Jahr zu Mittsommer im Juni gefeiert werden, geht es auch um den berühmtesten Gast des kleinen Orts. Dann sind auch die **»Mädchen auf der Brücke«** unterwegs und posieren wie zu Munchs Zeiten.
Sechs Kilometer südlich wurde 1904 in einem Grabhügel das **Osebergschiff** gefunden, das heute im Wikingerschiff-Museum von Oslo zu sehen ist (▶ Baedeker Wissen, S. 272).
Munchs lille hus: Edvard Munchs gate 25 | Juni - Aug. Di. - So. 11 - 17, sonst Sa./So. 11 - 16 Uhr | Eintritt: 100/70 NOK | https:/vestfoldmuseene.no/munchs-hus

Älteste Stadt Norwegens

Tønsberg

Tønsberg wurde 871 von Harald Hårfagre angelegt, heute zählt die Stadt 53 500 Einwohner. Oben auf dem felsigen Schlossberg saß im 13. Jh. König Magnus Lagabøte in seinem Ziegelkastell von 1276 und schrieb Norwegens erstes Landesgesetz. Im Schlossberg **Ruinenpark,** einer der größten Ruinenanlagen Nordeuropas, sind heute nur noch Reste des Kastells zu sehen. Auch von Håkon Håkonssons Festung **Castrum Tunisbergis** (12. Jh.), im Mittelalter größte Burg Norwegens mit mächtigen Ringmauern und Rondells, und von der Michaelskirche (1150) stehen nur noch die letzten, teilweise rekonstruierten Steinmauern. Vom **Aussichtsturm** (1888) hat man einen wunderschönen Blick auf Tønsberg und die zerklüftete Schärenlandschaft. Im Sommer zieht die Gegend vor allem Norwegens High Society an. Am Restaurantkai südöstlich des alten Stadtviertels Norbyen ist dann kaum ein freier Stuhl zu ergattern. Beliebt sind auch die **Vestfold Festspiele** Ende Juni/Anfang Juli.
Einer der bekannten zeitgenössischen Maler Norwegens, Odd Nerdrum (geb. 1944), hat im **Haugar Vestfold Kunstmuseum** eine eigene Ausstellung. Das Museum steht auf dem Haugar-Hügel, wo sich in der Wikingerzeit ein bedeutender Thingplatz befand. Bis Mitte des 20.Jh.s kam die Stadt auch durch den Walfang im südlichen Eismeer zu Reichtum (▶Baedeker Wissen S. 370). Mehr über den Walfang und Norwegens große Zeit der Segelschifffahrt erfährt man im **Slottsfjellsmuseet** (Vestfold Fylkesmuseum) am Fuß des Schlossbergs. Familien mit Kindern zieht es an die wunderschönen **Sandstrände** bei Valløy (Camping) und Skallevoll westlich von Tønsberg.
Slottsfjellsmuseet: Farmannsveien 30 | Juni - Mitte Aug. tgl. 11 - 16 Uhr | Eintritt: 100/70 NOK | https://vestfoldmuseene.no



Zurückbleiben, warten, hoffen, bangen: In Tjøme schaut die »Seemannsfrau« sehnsuchtsvoll aufs Meer.

Schönes Ende der Welt

Inseln Nøtterøy und Tjøme

Die Inseln Nøtterøy und Tjøme südlich von Tønsberg sind beliebte Ferienziele mit mehreren Sandstränden. Ein besonders schönes Fleckchen Erde ist Verdens Ende, »Ende der Welt«, im Süden von Tjøme. Zwischen blank gescheuerten Felsen liegen hier zahlreiche kleine Badebuchten. Bei klarer Sicht sieht man inmitten der Mündung des Oslofjords den 300 Jahre alten Leuchtturm Færder fyr.

Ehemals Walfängerstadt und Kurort

Sandefjord

Wer mit einer Billigfluglinie nach Oslo fliegt, landet in der Regel südöstlich von Tønsberg in der ehemaligen Walfängerstadt Sandefjord. Auf die alten Zeiten geht das **Walfangmuseum** als einziges seiner Art in Europa ein. Im Kreisverkehr am Hafen steht ein Walfängermonument von Knut Steen. Auf der anderen Seite der Hafenbucht in Framen liegt die **»Gaia«** vor Anker,eine originalgetreue Kopie des ca. 1200 Jahre alten Gokstadschiffs (▶ S. 280). Sie sticht hin und wieder zu Rundfahrten in See, ein Erlebnis für Segelfans.

Bis Mitte des 19. Jh.s war die Stadt ein bekannter Kurort. Sandefjord Bad wurde schon 1837 eröffnet und beherbergte fortan so manche Persönlichkeit. Das ehemalige hölzerne Kurhaus wurde in ein **Kulturhaus** umgebaut, in dem eine Ausstellung über die Vergangenheit von Sandefjord berichtet. Vom Sandstrand Tallakshamn im Süden der Halbinsel Østerøya führt ein schmaler Pfad zum **Feuerturm Tønsberg Tønne**, von dem man einen guten Blick auf den Skagerrak hat. Östlich von Sandefjord kann man auf den Gokstadhügel klettern, unter dem 1880 das Gokstad-Schiff ausgegraben wurde.

Walfangmuseum: Jan. – Aug. tgl. 10 – 17 Uhr, sonst Di. – So. 11 bis 16 Uhr | Eintritt: 100/70 NOK | https://vestfoldmuseene.no/hvalfangstmuseet

Hauptstadt der norwegischen Wikinger

Kaupang

Vorbei an der Abzweigung zum **Lotsenhafen Ula**, zweigt kurz vor Larvik ein Weg zu einem der größten und ältesten Handelsplätze der Wikingerzeit ab. Die idyllisch am Viksfjord gelegene Wikingerstadt Kaupang – in der Ynglingesaga als **Sikringssal** erwähnt – gehörte zusammen mit Ribe und Hedeby in Dänemark und Birka in Schweden zu den wichtigsten Handelsplätzen des Nordens und war vermutlich die Hauptstadt der norwegischen Wikinger. Bei Ausgrabungen wurden Reste einer Königshalle, Häuser mit Feuerstellen, Werkstätten (Schmieden, Webstuben und Glasperlenfertigung), Straßen und ein Hafen freigelegt, die auf eine feste Ansiedlung zwischen 770 und 920 mit einem ganzjährigen Markt hinweisen. Kaupang läuft somit vielleicht Tønsberg (▶ S. 283) als ältester Stadt Norwegens den Rang ab.

Norwegens einzige Mineralquelle

Larvik

In der einstigen Grafschaftshauptstadt Larvik (25 000 Einw.) legen ein- bis zweimal täglich die **Fähren nach Dänemark** ab. Hier liegt Norwegens einzige Mineralquelle, die schwefelhaltige Kochsalzquelle Kong Håkons kilde. Im Südosten der Stadt steht das stattliche Gut Herregården, das von 1670 bis 1680 als Residenz der Grafen von Larvik errichtet wurde und heute das **Stadtmuseum** beherbergt. Hübsch ist das Innere der **Larvik-Kirche** aus dem 17. Jh. südlich der Eisenbahn, wo links vom Altar ein **Gemälde von Lucas Cranach d. Ä.** hängt, das Martin Luther darstellt. Rund 90 Grabhügel aus der Eisenzeit sind im **Bøkeskogen** erhalten geblieben, dem größten Buchenwald Norwegens, der sich nordwestlich der Stadt erstreckt.

200 Tage im Jahr Sonne

Stavern

... so versucht das Seebad Stavern südlich von Larvik Gäste anzulocken. Mitten im Ort imponiert die von dicken Wällen umgebene Seefestung Fredriksvern, die 1760 von König Frederik V. als Marinestation errichtet wurde. Im ehemaligen Kommandantengebäude arbeiten nun Kunsthandwerker und stellen ihre Werke aus.

Wohin an der Ostseite des Oslofjords?

Das ganze Jahr Weihnachten

Drøbak

Im Badestädtchen Drøbak an der schmalsten Stelle des Oslofjords lag einstmals Oslos Winterhafen. Wenn der Fjord zugefroren war, mussten Passagiere und Waren von hier auf dem Landweg nach Oslo transportiert werden. Am kleinen Bootshafen stehen malerische Holzhäuser und ein Aquarium, am Badepark weiter nördlich eine hübsche Holzkirche, und im Ortskern lädt Norwegens einziges ganzjährig betriebenes Weihnachtshaus, »Treegaardens julehus«, zum Stöbern ein. Die **Festung Oscarsborg** zeugt von unruhigen Zeiten. Bekannt wurde sie durch die Versenkung des Kreuzers »Blücher« am 9. April 1940, 830 Besatzungsmitglieder und abzusetzende Soldaten fanden den Tod. Noch heute liegt das Wrack auf dem Grund des Oslofjords.

Neues Kulturzentrum

Ramme

Das Anwesen Ramme ca. 45 km südlich von Oslo gehörte früher dem Maler Edvard Munch. Heute gibt es dort Ausstellungen, Konzerte, Theatervorstellungen und andere kulturelle Aktivitäten. Im Hofladen des nachhaltigen Ramme Gård kann man Biolebensmittel kaufen und im Café verspeisen, im Ramme Fjordhotell vorzüglich übernachten.

Rammeveien 90, Hvitsten | Galerie: Di. – So. 11 – 17 Uhr | https://ramme.no

Kunst auf der Insel

Moss

Über die Badeorte Hvitsten und Son erreicht man Moss mit der vorgelagerten Insel Jeløy (Brücke), auf der eine der bekanntesten Galerien Ostnorwegens liegt, die **Galleri F 15** im Herrenhaus Alby. Von Moss geht eine Autofähre nach Horten (30 Min.). Im Konventionshof auf dem Gelände der Mosser Zellulosefabrik wurde am 14. August 1814 der Unionsvertrag zwischen Norwegen und Schweden geschlossen.

Galleri F 15: Albyalléen 60 | Di. – So. 11 – 17 Uhr | https://gallerif15.no

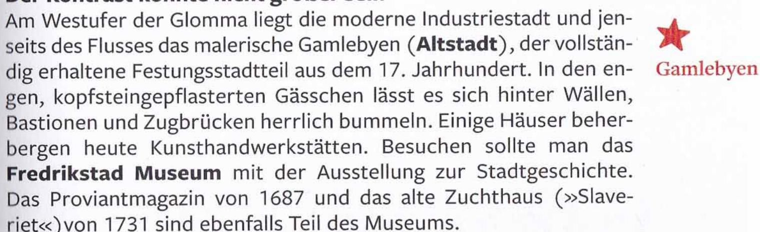
Wohin in Fredrikstad und Umgebung?

Besterhaltene Festungsstadt Skandinaviens

Festung

Wo Norwegens längster Fluss, die Glomma, in den Oslofjord mündet, liegt mit Fredrikstad die besterhaltene Festungsstadt Skandinaviens. Sie wurde 1567 auf Befehl des dänischen Königs Frederik II. gegründet und 1660 zur sichersten Festung Norwegens ausgebaut. Erst 1903 wurde sie vom Militär aufgegeben. Von den einst 130 Kanonen sind heute noch 60 auf den Wällen der Festungsanlage zu sehen. Auf dem Hauptplatz erinnert eine Statue an Frederik II., nach dem die Stadt benannt wurde.

ZIELE
OSLOFJORD



Der Kontrast könnte nicht größer sein

★ Gamlebyen

Am Westufer der Glomma liegt die moderne Industriestadt und jenseits des Flusses das malerische Gamlebyen (**Altstadt**), der vollständig erhaltene Festungsstadtteil aus dem 17. Jahrhundert. In den engen, kopfsteingepflasterten Gässchen lässt es sich hinter Wällen, Bastionen und Zugbrücken herrlich bummeln. Einige Häuser beherbergen heute Kunsthandwerkstätten. Besuchen sollte man das **Fredrikstad Museum** mit der Ausstellung zur Stadtgeschichte. Das Proviantmagazin von 1687 und das alte Zuchthaus (»Slaveriet«) von 1731 sind ebenfalls Teil des Museums.
500 m von der Altstadt entfernt ist ein Außenwerk der Stadtfestung, **Kongsten Fort**, 1685 anlässlich des Besuchs von König Christian V. fertiggestellt. Unterirdische Räume und Gänge im Fort geben einen Einblick in die militärische Denkweise der frühen Neuzeit. Ein zweites Außenwerk liegt auf der Insel Isegran, wo Norwegens letzter Jarl – Statthalter des Königs – um 1280 seine Burg hatte.

Fredrikstad Museum: Tøihusgaten 14 | Mitte Juni – Sept. tgl. 12 bis 16 Uhr | Eintritt: 80/35 NOK |

Glasmalereien von Emanuel Vigeland

Modernes Fredrikstad

Im modernen Fredrikstad lohnt der Besuch des neugotischen Doms von 1880, der eine der größten Orgeln Norwegens und Glasmalereien von Emanuel Vigeland, dem Bruder von Gustav Vigeland, besitzt.

Idyllisch und romantisch

Schärengebiet

Vor Fredrikstad liegt das Schärengebiet Hvaler mit vielen schönen Badestränden und idyllischen Häfen, die größten Inseln wie **Vesterøy, Spjærøy** oder **Asmaløy** sind mit Brücken und Tunneln verbunden und gut mit dem Auto zu erreichen (RV 108). Einen Stopp lohnen die **romanische Hvaler Kirke** aus dem 12. Jh. sowie das **Küstenmuseum** in Dypedal auf Spjærøy.

Kystmuseet Hvaler: Dypedalsveien 37 | Mitte Juni – Mitte Aug. Mi. – So.11 – 16 Uhr | Eintritt: 65/25 NOK | www.ostfoldmuseene.no

Durch die Geschichte Nordeuropas

Oldtidsvei

Eine Fahrt entlang dem Oldtidsvei (Altertumsweg) zwischen Fredrikstad und Skjeberg (RV 110) wird zu einer Tour durch mehrere tausend Jahre nordeuropäischer Geschichte. Bei Begby weist das Schild **»Helleristninger«** zu den 3000 Jahre alten Felsritzungen aus der Bronzezeit (1800 – 600 v. Chr.) mit Motiven aus der Landwirtschaft und der Schifffahrt, so sind u. a. Darstellungen von Schiffen, Fischernetzen, der Sonne (Fruchtbarkeitssymbol), eines Tänzers, von Kultgegenständen und Fußabdrücken zu bewundern.
Kurz vor Skjeberg entdeckt man die **Hornnes-Felsritzungen** mit zahlreichen prächtigen Schiffsfiguren, die am Steven mit Tierköpfen verziert sind. Ebenfalls am Oldtidsvei steht die **Kirche von Borge**



Eine Kreuzfahrt vor 3000 Jahren? Die Felszeichnungen von Begby geben Rätsel auf.

(1861), doch Mauerreste verweisen auf eine ältere Kirche aus dem Frühmittelalter. In Borge wurde 1872 der Polarforscher **Roald Amundsen** (▶ Interessante Menschen) geboren. Er verbrachte seine früheste Kindheit im **Haus Tomta**, das zahlreiche Erinnerungsstücke beherbergt.
Haus Tomta: Framveien 9 | Mitte Juni – Mitte Aug. Di. – So. 11 – 17 Uhr | Eintritt: 100/50 NOK | https://roaldamundsen.no

Und noch eine Festung

Halden

Halden, von 1665 bis 1927 Fredrikshald genannt, liegt schön am Iddefjord und ist von zahlreichen idyllischen Seen umgeben. Hoch über der Stadt ragt die **Festung Fredriksten** auf. Von hier genießt man einen wunderschönen Blick auf Stadt und Schärenküste.
Die Festung wurde auf zwei Bergrücken angelegt. Auf dem nördlichen stehen die Königinnenbastion auf der West- und die Prinz-Christian-Bastion auf der Ostseite, im Süden die Prinz-Georg-Bastion und auf dem höchsten Punkt die Hauptbastion Overkongen, dazwischen die Zitadelle und am Westhang zur Stadt der Bürgerwall. Ein **kriegs- und kulturhistorisches Museum** dokumentiert die Geschichte der Festung, die heute ein beliebter Veranstaltungsort für Kulturevents aller Art ist.

Der 80 km lange **Haldenkanal** verbindet fünf Seen und Flüsse und überwindet mit drei Schleusenanlagen einen 39 m Höhenunterschied; die Kammer bei Brekke hat mit einer Fallhöhe von 26,6 m die höchste Europas. Die »MS Brekke« schippert über den Kanal.
Festung: frei zugänglich | Führungen: Juli – Aug. So. 14, 80 NOK |
Museum: Juni – Aug. Di. – So. 10 –16 Uhr, 80/35 NOK
Fahrplan und Buchung MS Brekke: https://msbrekke.no

Größte Einbogenbrücke der Welt

Svinesund-brücke

Am 10. Juni 2005 eröffneten Norwegens König Harald und Schwedens König Carl Gustaf die Svinesundbrücke über den Svinesund. Das filigrane Bauwerk ist mit 247 m Spannweite die größte Einbogenbrücke der Welt und verbindet via Europastraße 6 Norwegen mit Schweden. Besonders die Norweger nutzen diesen Grenzübergang, um sich jenseits der Grenze mit preiswerterem Fleisch, Zigaretten und Alkohol einzudecken. Die weiter westlich gelegene alte Brücke von 1946 wurde nicht abgerissen.

RJUKAN

Gebiet: Südnorwegen | **Einwohnerzahl:** 3000

Rjukan liegt zwischen den Ausläufern der größten Hochebene Europas, der Hardangervidda, und einem der bekanntesten Berge Norwegens, dem Gaustatoppen. Das in Ost-West-Richtung verlaufende Tal ist so eng, dass die tiefstehende Sonne es von Oktober bis März nicht über die Berghänge schafft.





Um den Menschen im Tal auch im Winter ein wenig Sonne zu schenken, wollte schon vor 100 Jahren der Ingenieur Sam Eyde, Gründer der Norsk Hyydro, auf dem Berg Spiegel aufstellen, doch damals war das technisch noch nicht möglich. Zum hundertjährigen Jubiläum dieser Idee im Jahr 2013 hat sich die Stadt dann doch die Sonne ins Tal geholt. Dafür wurden oben am Berg drei so genannte Heliostaten – jeweils 17 m² große Spiegel – aufgestellt, die die Sonnenstrahlen auf den Marktplatz lenken und eine rund 200 m² große Fläche beleuchten. Anfangs waren nicht alle von der Idee angetan und hätten es lieber gesehen, wenn die gut 600 000 Euro in Krankenhäuser, Schulen oder Kindergärten gesteckt worden wären. Mittlerweile sind aber alle begeistert, dass auch im Winter wenigstens ein wenig Licht ihren Wohnort erleuchtet. Wenn im Frühjahr wieder der erste Sonnenstrahl ins Tal fällt, wird trotzdem noch das »Solfest« (Sonnenfest) gefeiert.

RJUKAN ERLEBEN



RJUKAN TURISTKONTOR
Torget 2, 3660 Rjukan
Tel. 35 08 05 50
www.visitrjukan.com



Wildwasserfahrten mit dem Kayak sind beliebt. In Austbygde am Nordende des Tinnsjå, etwa 30 km nordöstlich von Rjukan, gibt es schöne und sehr anspruchsvolle Strecken. Auskunft erteilt das Turistkontor in Rjukan (Tel. 35 08 05 50).



GAUSTABLIKK RESTAURANT €€-€€€
Mitten im Skigebiet können Sie im Restaurant des Hotels Gaustablikk typisch norwegische Gerichte in guter Qualität sowie einen wunderbaren Ausblick durch die großen Panoramafenster des mit viel Holz eingerichteten Raumes genießen.
Kvitåvatnvegen 372, Rjukan
Tel. 35 09 14 22
www.gaustablikk.no

GVEPSEBORG PANORAMA KINOKAFEEN €€
Neben dem Kino in dem mächtigen gelben Gebäude im Stadtzentrum liegt passenderweise gleich das Kino-Café, in dem Sie zum Beispiel Kinoburger und andere kleine Gerichte bekommen.
Storstulgata 1, Rjukan
Tel. 94 85 79 09



RJUKAN ADMINI HOTEL €€€€
Sich einmal wie ein König fühlen? Oder zumindest wie ein Industriekapitän? Das Rjukan Admini gibt Ihnen diese Möglichkeit, denn in dem wunderbaren Holzgebäude im norwegischen Jugendstil residierte einst der mächtige Boss der Hydro. Heute gehören die prachtvollen Hotelzimmer zum Feinsten, was in Norwegen zu finden ist. Das hat allerdings seinen (hohen) Preis.
Sølvvoldveien 3, Rjukan
Tel. 90 89 49 09
www.rjukanadmini.com

Wohin in Rjukan?

Norwegens erste Seilbahn

Krossobanen

Rjukan wurde auf dem Zeichenbrett entworfen, als hier 1911 das große Vemork-Wasserkraftwerk und eine Salpeterfabrik gebaut wurden. 2015 wurde die Industrieregion Notodden-Rjukan in die Liste des UNESCO-Weltkulturerbes aufgenommen. Vom Ortszentrum führt die Krossobanen ins Gebirge hinauf. Norwegens erste Seilbahn baute 1928 Norsk Hydro, damit die Arbeiter am Wochenende Sonne und frische Luft erleben konnten. Von der Bergstation der Krossobahn führt eine beliebte Radtour zur Berghütte Kalhovd. Von hier geht es per Rad oder Bus zurück nach Rjukan.
www.krossobanen.no

Vom Gaustatoppen nahe Rjukan überblicken Sie mehr als 15 Prozent von ganz Norwegen. Richtung Osten können Sie bei gutem Wetter bis zur schwedischen Grenze schauen, Richtung Süden bis zur Küste.

Wunderschöne Wander- und Skigebiete

Kraftwerk Mår

Das Kraftwerk Mår, fünf Kilometer östlich des Ortes, dessen Bau während des Zweiten Weltkriegs von den Deutschen begonnen wurde, produziert heute 1 Mrd. kWh pro Jahr und hat drei Dämme. Wunderschön sind die Wander- und Skigebiete um den See **Møsvatn** oberhalb von Rjukan und im Bereich von **Rauland**.

Der Kampf um das Schwere Wasser

Norsk Industrie-arbeider-museum

Rjukan wurde vor allem im Zweiten Weltkrieg bekannt, als die Deutschen besonderes Interesse an dem hier hergestellten Schweren Wasser (Deuteriumoxid) zeigten. Von den Alliierten wurden mehrere Sabotageaktionen durchgeführt – u. a. die Versenkung der mit Schwerem Wasser beladenen Fähre »Hydro« auf dem See Tinnsjøen, um zu verhindern, dass das kostbare Wasser nach Deutschland zur Herstellung von Atombomben gebracht wurde. Mehr über das Thema erfährt man auf dem **Saboteur-Pfad** und im nahe gelegenen Norwegischen Industriearbeitermuseum im Vemorker Wasserkraftwerk, das Anfang des 20. Jh.s das größte Wasserkraftwerk der Welt war. Imponierend ist die mächtige Kraftwerkhalle mit den riesengroßen Turbinen.
Vemork | tgl. 12 – 16, Mitte Juni – Aug. bis 19 Uhr| Eintritt: 90/60 NOK | https://nia.no

TELEMARKSCHWUNG UND SLALOM



Telemark spielte in der Entwicklung des Skilaufs eine wichtige Rolle. 1868 demonstrierte Sondre Norheim, der Vater des modernen Skilaufs, zum ersten Mal in Christiania (Oslo), wie man mit einer Seilzugbindung um die Fersen mit Skiern elegant den Hang hinunterwedeln konnte. Zu diesem Zeitpunkt hatten die Bewohner von Morgedal auch schon entdeckt, dass man mit diesen Skiern über kleine Schanzen zu springen vermochte.

Die Entwicklung nahm vor vier Jahrtausenden ihren Anfang. In Skandinavien, wo oft lange und viel Schnee liegt, waren die vornehmlich von der Jagd lebenden Menschen gezwungen, sich Hilfsmittel für die Fortbewegung im Schnee zu konstruieren. Diverse Moorfunde und Felsritzungen belegen, dass man sich ovale und längliche Tritthilfen aus Weidengeflecht, Birkenrinde oder Holzscheiten angefertigt hat. Als Bezeichnung für die winterliche Gehhilfe hat sich allmählich der altnordische Ausdruck **»skid«** (Holzscheit, Brett) herausgebildet. Sprachvergleichende Untersuchungen haben erbracht, dass die Schneeschuhe wohl von den Finnen und Samen aus ihrer asiatischen Urheimat mitgebracht worden sind.

Könige auf Brettern

Auch in frühesten norwegischen Geschichtszeugnissen ist vom Skilauf die Rede. Die Könige Olav Trygvasson und Harald Hårdrade (11./12. Jh.) werden als gute Skiläufer gerühmt. Als geradezu genial sollten sich die Techniken des **Telemarkschwungs** und des gerissenen **Christiania** herausstellen. Talentierte Skiläufer konnten nun in rasantem Tempo steile Hänge hinunter schwingen und enge Slalom-Kurven durchstehen. Den Durchbruch des Skilaufs zum Breitensport beschleunigten die beiden Polarforscher **Fridtjof Nansen** und **Roald Amundsen**. Nansen überquerte 1888 das grönländische Inlandeis auf Skiern. Roald Amundsen drang 1911 auf Skiern zum Südpol vor.

Trend aus der Telemark

Zentren des nordischen Skisports wurden alsbald die Telemark, wo sich auch eine frühe Skiindustrie etablieren konnte, und die Berge um Oslo und Lillehammer sowie das Gudbrandsdal. Norwegischer Skiberg par excellence ist der **Holmenkollen**, wo seit 1892 legendäre Skispringen veranstaltet werden. 1952 war der Holmenkollen einer der Schauplätze der Olympischen Winterspiele. Und 1994 traten Weltklasse-Skiläufer zu den Wettkämpfen der 17. Winterolympiade in Lillehammer an. Von Norwegen aus fand die »neue« Wintersportart schnelle Verbreitung. Bereits in den 1890er-Jahren tummelten sich die ersten Skiläufer im Südschwarzwald und in den Alpen. Norwegische Auswanderer brachten den Skilauf auch nach Nordamerika und sorgten so für die Entstehung der Skiorte Lake Placid, Aspen und Vail. Typisch nordische Disziplinen sind der Skilanglauf (»Loipe« von »løpe« = laufen), der Slalom (»slalåm« = Spur am Hang) und der Sprunglauf über eine Schanze (Skispringen, Skifliegen). Langlauf und Sprunglauf ergeben die **Nordische Kombination**.

Norwegische Erfindung: der Telemarkschwung



Snowboard und Skier: Spaß im Schnee auf den Lofoten



Rund um Rjukan

Einer der schönsten Berge Norwegens



Gausta-toppen

Nicht weit entfernt von Rjukan erhebt sich der Gaustatoppen, der zu den schönsten Bergen Norwegens zählt und jährlich von etwa 30 000 Wanderern bestiegen wird. Der höchste Berg Telemarks (1883 m) ist problemlos von Stavsro in rund zwei Stunden zu besteigen, auf dem Gipfel gibt es eine über 100 Jahre alte Steinhütte des Wandervereins, in der Erfrischungen und kleine Mahlzeiten serviert werden.
Wer sich den schweißtreibenden Aufstieg erleichtern möchte, kann auch mit der **Gaustabanen** bis zum Gipfel fahren. Die weltweit einmalige Bahn im Innern des Berges wurde in den 1950er-Jahren vom Militär zum Materialtransport gebaut. Die Fahrt beginnt südlich von Rjukan in Longefonntippen. Anfangs verläuft die Bahn horizontal, nach 850 m im Berg steigt man in eine Standseilbahn um, die die restlichen 650 Höhenmeter überwindet. Die Bergstation befindet sich rund 80 m unterhalb der Berghütte.
Gaustabanen: Retour-Ticket: 390/275 NOK | www.gaustabanen.no

German Design Award mit Rentieren

Skinnarbu

In Skinnarbu, westlich von Rjukan, gibt es das **Hardangervidda Nationalparkcenter**. In 13 interaktiven Stationen wird auf rund 600 m² optisch und inhaltlich sehr ansprechend über Wildrentiere informiert, die in der Hardangervidda frei herumziehen. Das Zentrum ist 2016 mit dem renommierten German Design Award ausgezeichnet worden.
Møsvatn, Rjukan | Mitte Juni – Sept. tgl. 10 – 18, sonst Mo. – Fr. 10 bis 16 Uhr | Eintritt: 150/75 NOK | www.hardangervidda.com

Heimat eines berühmten Seeungeheuers

Seljord

Auf der E 134 erreicht man den südlich am Seljordvatn gelegenen Ort Seljord, ein bedeutendes Handelszentrum für landwirtschaftliche Produkte. In der **Seljord-Kirche** von 1180 sind vor allem die Kalkmalereien aus dem 17. Jh. und die Altartafel – Norwegens älteste aus der Zeit nach der Reformation – sehenswert. Östlich des idyllisch zwischen steil ansteigenden Waldhängen eingebetteten **Seljordvatnet** mit seinem berühmten »Seeungeheuer«, das nach mehreren Augenzeugenberichten sogar bei ausländischen Forschern Interesse gefunden hat, erhebt sich das **Lifjell**, von dessen Gipfeln man bei klarem Wetter bis zum Skagerrak sehen kann.

Eine Reise durch die Skigeschichte

Morgedal

Im **Norwegischen Skimuseum** im kleinen Ferienort Morgedal (22 km westlich von Seljord) wird man mithilfe von Licht- und Toneffekten auf eine 4000 Jahre zurückreichende Reise durch Norwegens Skigeschichte mitgenommen. Hier werden auch Gegenstände

von Olav Bjaalands Südpolexpedition ausgestellt, die Bjaaland zusammen mit Roald Amundsen unternahm. Vor dem Museum steht ein **Bautastein** zum Andenken an **Sondre Norheim** (1825 – 1897), den Vater des modernen Skilaufs. Er kam als erster auf die geniale Idee, um die Hacken eine Schnur zu legen und so den Prototyp einer Bindung zu erfinden, mit der sich die Skier viel besser führen ließen. Damit war es dann auch nicht mehr weit bis zum Telemarkschwung. Am Küchenherd des Geburtshauses von Sondre Norheim wurden die Olympischen Flammen für die Winterspiele 1952 in Oslo, 1960 in Squaw Valley und 1994 in Lillehammer entzündet.
Norsk Skieventyr: Vårstaulvegen 2 | Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 10 bis 18, Mai – Mitte Sept. tgl. 10 – 17 Uhr | Eintritt: 100/50 NOK | www.visittelemark.no/vest-telemark-museum



★ ROMSDAL

Gebiet: Westnorwegen



Mal zwängt sich die Rauma wild schäumend durch enge Schluchten, nur wenige Kilometer weiter öffnet sich das Romsdal und der Fluss mäandert still durch grüne Auen. Es ist eines der schönsten und abwechslungsreichsten Täler Norwegens. Die Aussicht ist überall grandios, denn das Tal ist von Bergriesen eingerahmt, die kurz vor Åndalsnes im mächtigen Romsdalshorn und der senkrechten Trollwand gipfeln. Die Krönung des Bergpanoramas bietet ein Abstecher zu den Serpentinen des Trollstigen.



Das Romsdal bildet eine der schnellsten Verbindungen vom Fjell zum Fjord. Wer in Dombås startet, erreicht auf der E 136 nach rund 100 km Åndalsnes am großartigen Romsdalsfjord. Wer sich das smaragdgrüne Wasser der Rauma und die hohen Berge lieber aus dem Zugfenster anschauen möchte, steigt in die **Raumabahn**. Sie gilt als Meisterwerk des Eisenbahnbaus, die Trasse war nur durch Wendetunnel und aufwendige Brücken wie die Kylling bru zu verwirklichen. Von Ende Mai bis Ende August werden Sightseeingzüge eingesetzt, die an landschaftlichen Höhepunkten langsam fahren und an der Kyllingbrücke sowie der Trollwand sogar einen Fotostopp einlegen. Reisende haben die Wahl zwischen zwei Streckenvarianten: der einstündigen Fahrt von Åndalsnes nach Bjorli oder der 1 Stunde und 40 Minuten dauernden Fahrt von Åndalsnes nach Dombås. An einigen Tagen wird eine Dampflokomotive eingesetzt. Teile des Films **»Harry Potter und der Halbblutprinz«** wurden zwischen Oslo und der nor-



Der Trollstigen, die »Straße der Trolle«, ist nichts für schwache Nerven: Über elf Haarnadelkurven schlängelt sich die Straße an einer steilen Gebirgswand hinauf.

wegischen Fjordregion entlang der Raumabahn gedreht. Es ist der einzige Filmabschnitt, der nicht in Großbritannien gedreht wurde.
Raumabahn: www.banenor.no/Jernbanen/Banene/Raumabanen

Wohin im Romsdal und Umgebung?

Wilde Schlucht und schroffe Berghänge

Im Romsdal abwärts

Von der kurvenreichen E 136 bieten sich immer wieder schöne Ausblicke auf die brausende Rauma, die sich beim Wasserfall Slettafoss eine wilde Schlucht durch den Fels gegraben hat. In **Verma** überquert die Eisenbahn auf der 76 m langen und 59 m hohen Kylling bru den Fluss, an dem sich nahebei das Vermafoss-Kraftwerk befindet. Nach wenigen Kilometern erreicht die Straße die Talsohle. Zu beiden Seiten erheben sich schroffe Bergflanken. Links der Straße ragt bei Flatmark der 1676 m hohe Døntind in den Himmel.

Herrscher der Höhen

Romsdalshorn

In einer Talweitung bei Malstein fällt im Nordosten der mächtige, 1799 m hohe Kalskråtind ins Auge. Weiter nördlich ragt das Romsdalshorn 1550 m in die Höhe und beherrscht die Landschaft.

Die höchste Felswand Europas



Trolltindene

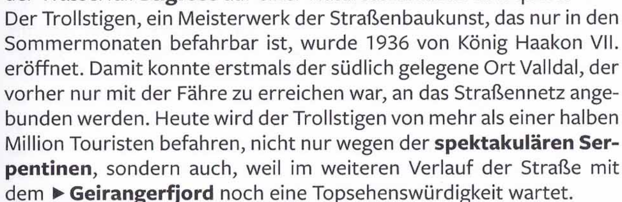
Gegenüber dem Romsdalshorn fällt die mächtige Trollveggen (Trollwand), die von den Trolltindene (Trollzinnen) gekrönt wird, ins Auge. Sie ist die höchste Felswand Europas und misst vom Fuß bis zum Gipfel fast 1800 m, wovon der senkrechte Teil immerhin noch 1000 m ausmacht und 50 m überhängt. Durch die Wand führen einige sehr schwierige Kletterrouten, 1965 wurde sie erstmals durchstiegen, wobei die Erstbesteiger zwei Wochen in der Wand biwakierten. Das architektonisch interessante **Besucherzentrum** bietet eine Aussichtsplattform, eine Ausstellung zur Geschichte der Trollwand sowie Caféteria und Souvenirladen.
Trollveggen Besøkssenter: Juni - Aug. tgl. 11 - 19, sonst bis 18 Uhr | www.visit-trollveggen.com

Meisterwerk der Straßenbaukunst



Trollstigen

Die Norwegische Landschaftsroute Geiranger – Trollstigen bietet auf gut 100 km Länge eine Vielzahl spektakulärer Ausblicke auf die Natur Westnorwegens, darunter auch auf die Serpentinen des Trollstigen.
Von Norden kommend folgt man ab Åndalsnes der Straße für rund 20 km nach Süden durch das Isterdal, bevor dann das Tal durch eine Felswand verschlossen scheint, an der sich aber der Trollstigen entlangschlängelt. Die Straße ist umgeben von hohen Bergen mit majestätischen Namen wie Kongen (König), Dronningen (Königin) und Bispen (Bischof). Über elf Haarnadelkurven erreicht man schließlich auf 858 m die Passhöhe mit spektakulärem **Aussichtspunkt, Restaurant und Straßenmuseum**, das über den Bau des Trollstigen informiert. Auf dem Weg zum höchsten Punkt der Straße wird auch der Wasserfall **Stigfoss** auf einer Natursteinbrücke überquert.



Der Trollstigen, ein Meisterwerk der Straßenbaukunst, das nur in den Sommermonaten befahrbar ist, wurde 1936 von König Haakon VII. eröffnet. Damit konnte erstmals der südlich gelegene Ort Valldal, der vorher nur mit der Fähre zu erreichen war, an das Straßennetz angebunden werden. Heute wird der Trollstigen von mehr als einer halben Million Touristen befahren, nicht nur wegen der **spektakulären Serpentinen**, sondern auch, weil im weiteren Verlauf der Straße mit dem ▸ **Geirangerfjord** noch eine Topsehenswürdigkeit wartet.



»Das alpine Dorf am Fjord«

Åndalsnes

Die E 136 endet in Åndalsnes, einem lebhaften Fremdenverkehrsort am Isfjord. Westlich des Ortes erstreckt sich der malerische **Romsdalsfjord**, in dem auch einige Kreuzfahrtschiffe einen Stopp einlegen. Der nach dem Zweiten Weltkrieg modern wiederaufgebaute Ort gilt als Hauptstadt der norwegischen Bergsteiger und wird deshalb auch als »das alpine Dorf am Fjord« genannt. Åndalsnes bietet sich sowohl als Ausgangspunkt für Ausflüge in das Fjordland als auch ins Gebirge an.
2016 wurde mit dem Nationalen Bergsportzentrum direkt am Fjord die

ROMSDAL ERLEBEN



ÅNDALSNES TURISTINFORMASJON

Jernbanegata 1, 6300 Åndalsnes
Tel. 71 22 16 22

www.visitnorthwest.no/
tindehovedstaden-andalsnes

VISIT NORDMØRE & ROMSDAL

Torget 4, 6413 Molde
Tel. 70 23 88 00
www.visitnorthwest.no/molde



Neben geführten **Bergwanderungen** und **Paddeln** (www.romsdalaktiv.com) gibt es auch die Möglichkeit zum **Paragliding**, auch für Anfänger, die vorgeschnallt bei einem Tandemflug mitmachen können (Infos bei den Touristenbüros).
Die kleine Insel Hjertøya im Romsdalsfjord eignet sich wegen ihrer schönen **Badestrände** hervorragend für einen Tagesausflug. Von Mitte Juni bis Mitte August fährt ein Boot (11, 12, 14 und 16 Uhr) vom Torget in Molde nach Hjertøya, letzte Rückfahrt 17.45 Uhr.



Wer im Juli nach Åndalsnes kommt, kann sich in den Trubel des eine Woche dauernden **Norsk Fjellfestival** stürzen: Das breite Programm bietet Attraktionen für die ganze Familie (norskfjellfestival.no).



RESTAURANT MOLDE FJORDSTUER €€€-€€€€

Die Speisekarte ist klein, das Essen dagegen groß(artig): Fischgerichte sind die Spezialität des Hauses. Probieren Sie die Klippfischsuppe! Selbst die Aussicht durch die hohen Fenster auf den Fjord und die Berge ist grandios.
Julsundveien 6, Molde
Tel. 71 20 10 60
www.classicnorway.no

KAFÉ MALI €

Wenn Sie Zeit im Romsdalsmuseum verbringen, ist das hübsche Café der ideale Stopp für eine Pause mit Kaffee und leckeren Waffeln. Das über 150 Jahre alte gelb gestrichene Haus stand ursprünglich in der Stadt und wurde im Freilichtmuseum wieder aufgebaut.
Per Amdamsvei 4, Molde
www.romsdalsmuseet.no



SCANDIC SEILET €€€€

Das Seilet Hotel ist architektonisch wohl einzigartig in Nordeuropa: Das Gebäude in Form eines Großsegels ist teilweise in den Romsdalsfjord hineingebaut. Alle Zimmer haben Panoramablick. Das Restaurant Seilet im 2.Stock (mit Fjordblick), die Skybar in 60 m Höhe sowie das Restaurant direkt am Fjordufer gehören zum Hotel.
Gideonvegen 2, Molde
Tel. 71 11 40 00
www.scandichotels.com

MOLDE FJORDSTUER €€€

Neu erbautes Hotel im modernen »Sjøbustil« direkt am Wasser beim Hurtigrutenkai. Die Zimmer sind hell und nüchtern-elegant, der Ausblick ist fantastisch.
Julsundveien 6, Molde
Tel. 71 20 10 60
www.classicnorway.no

neueste Attraktion von Åndalsnes eröffnet. Die 21 m hohe **Indoor-Kletterwand** bietet 60 Routen unterschiedlicher Schwierigkeitsgrade. Außerdem gibt es eine **interaktive Ausstellung** über die Geschichte des Bergsports in Norwegen von den Anfängen um 1820 bis zur Gegenwart. Filmvorführungen und Ausrüstungsgegenstände, die auf der ersten norwegischen Expedition zum Mount Everest benutzt wurden, oder auch Skier von Roald Amundsen, die er für sein Training auf der Hochebene Hardangervidda benutzte, runden die Ausstellung ab.
Norsk Tindesenter: tgl. 9 – 18/20 Uhr | Eintritt: 145/90 NOK | https://tindesenteret.no

Die »Rosenstadt«

Bereits am Meer liegt Molde (21 500 Einw.). Ihren Beinamen »Rosenstadt« kreierte Norwegens bekannter Dichter Bjørnstjerne Bjørnson (▶ Interessante Menschen), der in Molde zur Schule ging. Hier auf dem 62. Grad nördlicher Breite ist das Klima aufgrund des warmen Golfstroms so mild, dass sogar Kastanien, Linden und vor allem unzählige Rosen wachsen. Wunderschön ist das »Moldepanorama« mit seinen 22 teilweise schneebedeckten Berggipfeln auf der anderen Seite des Fjords. Anfang August kommen Jazzmusiker aus aller Welt in diese lebhafte Touristenstadt, um beim internationalen **Molde Jazzfestival** aufzuspielen. Im Amtmannshof **Moldegården**, erbaut 1710, war Bjørnstjerne Bjørnson häufig zu Gast und der Dramatiker Henrik Ibsen (▶ Interessante Menschen) schrieb hier sein Stück »Rosmersholm«. Molde
Im Westen der Stadt liegt im Waldpark Reknesparken das **Romsdalsmuseum**, ein Freilichtmuseum mit rund 35 alten Gebäuden aus dem Romsdal, darunter die Synnøve-Solbakken-Stube aus Bjørnsons Geschichte vom Bauernmädchen Synnøve. Krona, das neue Gebäude des Museums, besticht durch seine kantige, moderne Holzarchitektur. Die Dauerausstellung beleuchtet die Geschichte der Region. Dem deutschen Lyriker und Künstler **Kurt Schwitters**, der mehrere Jahre auf der Insel Hertøya in der Emigration verbrachte, ist eine Abteilung gewidmet; hier ist auch die »Große Merzsäule« des Dadaisten zu sehen.
Molde Jazzfestival: www.moldejazz.no
Romsdalsmuseet: Per Amdams vei 4, Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 12 – 16 Uhr, sonst Mo. geschl. | Eintritt: 130/50 NOK | www.romsdalsmuseet.no

Schöne Aussichtspunkte bei Molde ...

... sind der Tusten (696 m ü. d. M.; Aufstieg 3 Std.) und der 407 m hohe Varden, der vom Zentrum in ca. 1 Std. erklommen werden kann. Die **Trollkirche** (»Trollkirka« ▶ S. 189) befindet sich ca. 24 km nördlich von Molde. Tusten, Varden

RONDANE-NATIONALPARK

Gebiet: Ostnorwegen

Eine schroffe Bergwelt, ein dichtes Netz an markierten Wanderwegen und mehrere Hütten des Norwegischen Wandervereins machen den Rondane-Nationalpark zu einem der beliebtesten Gebiete für Wanderungen und Skitouren.

E 6

Erster Nationalpark Norwegens

Das Rondane-Gebirge östlich vom ▶ Gudbrandsdal wurde 1962 zum ersten Nationalpark Norwegens erklärt und umfasst nach einer Erweiterung nun 963 km². Im Nationalpark gibt es zehn Gipfel, die höher als 2000 m sind, der höchste von ihnen ist der Rondslottet mit 2178 m. Die meisten Gipfel haben runde Kuppen und sind deshalb relativ leicht zu besteigen. Eiszeitliche Gletscher haben ihnen die Kanten abgerundet und zwischen ihnen große Trogtäler geschaffen. Das ausgeprägteste Tal trennt das Massiv von Storronden (2138 m) und Rondslottet vom Veslesmeden (2015 m) und Storsmeden (2016 m). Zwischen den steilen Berghängen dieses Tales liegt der einzige größere See, der langgestreckte **Rondvatn**. Das Rondane ist überwiegend sehr trocken, wodurch sich keine Gletscher wie im ▶ Jotunheimen bilden können. Überall trifft man auf Spuren der letzten Eiszeit wie Moränenhügel und Sanderflächen, diese sind fast vegetationslos und lassen die Landschaft karg wirken.
Im Mittelalter war das Rondane-Gebirge ein natürliches Hindernis für Bauern und Kaufleute, die zu den wichtigen Märkten in der Kupferstadt ▶ Røros wollten. Verfallene Steinhütten erinnern an die Handelsroute und an die Bedeutung des Rondane als Jagdgebiet für englische Adlige im 19. Jahrhundert. Trotz eines kleinen Bestands wurden hier schon in der Vorzeit Rentiere gejagt. Bei Wanderungen kann man zahlreiche, aus Steinen gebaute Fallgruben aus der Wikingerzeit sehen. Heute ist Rondane einer der wenigen Orte in Skandinavien mit einer – wenn auch kleinen – Population wilder Rentiere, die nicht zu den domestizierten Renen der Samen gehören. Hier und im angrenzenden Dovrefjell sollen zwischen 2000 und 4000 wilde Rentiere leben; um diese Tiere besser schützen zu können, wurde der Rondane-Nationalpark 2003 auf seine heutige Größe erweitert.
Die karge Gebirgslandschaft hat mehrere norwegische Schriftsteller inspiriert, am bekanntesten ist Henrik Ibsens Drama **»Peer Gynt«** von 1867, das teilweise im Rondane spielt. Peter Christen Asbjørnsen sammelte in der Mitte des 19. Jh.s Volkssagen und Geschichten aus dem Rondane, darunter war auch die Sage von Peer Gynt, die Ibsen als Anregung für sein Drama diente.



Im Rondane-Nationalpark eignen sich besonders die Flüsse Sjoa, Lågen und Otta für erlebnisreiche Rafting-Touren.

Aktiv in Rondane

Einen guten Ausgangspunkt für Unternehmungen im Park ...

Anfahrt

... bietet der Verkehrsknotenpunkt **Otta** aus dem Gudbrandsdal. Die Stichstraße nach Mysuseter zweigt direkt am Ort von der E 6 ab, die nach **Høvringen** einige Kilometer nördlich und die nach **Rondablikk** weiter südlich. Diese ehemaligen Almsiedlungen bieten Übernachtungsmöglichkeiten in Hotels oder Hütten. Von der Ostseite erreicht man Rondane am besten von **Atnbrua** oder **Straumbu**.

Im Herzen des Nationalparks

Wanderung, Verpflegung, Unterkunft

Es gibt ein ausgedehntes Netz von markierten Wanderwegen, so eignet sich das Gebiet für jede Art von Wanderung, ob Tageswanderungen durch sanftes Gelände oder anspruchsvolle mehrtägige Trekkingtouren durchs Gebirge. Der norwegische **Bergwanderverein DNT** betreibt mehrere Berghütten als Service für Wanderer und Skitourengeher. Touristisches Zentrum im Nationalpark ist die **Rondvassbu-Hütte**, die zu Fuß in weniger als zwei Stunden von Mysuseter zu erreichen ist. Die Berghütten Grimsdalshytta, Dørålseter und Bjørnhollia liegen am nördlichen beziehungsweise östlichen Rand des

RONDANE ERLEBEN



NASJONALPARKRIKET TOURISM
Ola Dahls gate 1, 2670 Otta
Tel. 61 24 14 44
www.nasjonalparkriket.no



Auf dem Rücken der **Pferde** die Bergwelt erkunden: Ein besonderes Erlebnis mit Anne und Morten und ihrem Team. Es gibt kurze Ausritte und 2- bis 7-Tage-Touren, inklusive Übernachtung und Verpflegung. Geritten wird auf friedlichen Islandponys.
Kvistli Islandshester, Dalholen
Tel. 92 46 26 35
www.kvistli.no



AVDEMSBUE €€
Den Landhandel bei Lesja gibt es schon seit fast 150 Jahren. Neu dazugekommen ist ein etwas futuristisch anmutendes Holzgebäude, das aber wunderbar zum alten Haus passt. Hier können Sie im Café bei schönem Ausblick Pizza, Waffeln oder kleine norwegische Gerichte genießen. Und anschließend können Sie sich im Laden mit den besten Lebensmitteln eindecken, die die Region zu bieten hat.
Romsdalsvegen 1706, Lesja
Tel. 95 18 30 26
www.avdem.no



SPIDSBERGSETER GUDBRANDSDAL HOTELL €€€€
Vor rund 100 Jahren als Alm erbaut, heute ein modernes Hotel mit teils rustikalem Ambiente. Noch keinen Moschusochsen aus der Nähe gesehen? Steht in der Lobby – ausgestopft.
Flaksjølivegen 82, Venabygd
Tel. 61 28 40 00
http://spidsbergseter.no

RONDABLIKK HØYFJELLSHOTELL €€€
Die modernen Zimmer haben teilweise einen Balkon, Schwimmbad und Sauna sorgen für Entspannung nach Wanderungen oder Skitouren.
Rondablikkveien 1208, Kvam
Tel. 61 29 49 40
www.rondablikk.no

RONDANE HØYFJELLS HOTELL €€
Direkt am Rand des Nationalparks. Von hier lassen sich gut Touren unternehmen; das Hotel vermittelt verschiedene Aktivitäten.
Rondevegen 1264, Mysuseter
Tel. 61 20 90 90
www.rondane.no

RONDVASSBU €
Von Anfang März bis Ostern ist die Berghütte Rondvassbu bewirtschaftet, ansonsten als Selbstbedienungshütte mit DNT-Schlüssel zugänglich.
www.dnt.no

Parks. Diese vier Hütten werden bewirtschaftet und bieten Verpflegung und Unterkunft. Ferner gibt es unbewirtschaftete Hütten wie Eldåbu, für die ein Schlüssel erforderlich ist.
Links und rechts von Rondvassbu liegen die höchsten Berggipfel, für die Besteigung des 2178 m hohen **Rondslott** benötigt man bei durchschnittlicher Kondition weniger als fünf Stunden.

Wandern im Reich Peer Gynts
Wer zu Fuß Peer Gynt nachspüren möchte, kann dies auf der eintägigen Wanderung von Høvringen zur Peer Gynt hytta. Høvringen erreicht man, indem man die E 6 von Otta weiter Richtung Dombås fährt. Kurz hinter Laurgård führt rechts eine steile Stichstraße nach Høvringen, wo die sehr schöne, dreistündige Wanderung zur Peer Gynt hytta beginnt. Auf dem Weg zur Hütte liegt die berühmte **Laurgårdseter Fjellstue**. Wasserfälle, Seen und Moränenlandschaften machen den Weg zum Naturerlebnis ersten Ranges. Von Høvringen zur Peer Gynt hytta

Eine sommers wie winters beliebte Wochentour ...
... beginnt in Rondvassbu und führt über Eldåbu, Gråhøgdbu, Breitjønnbu, Bjørgeseter, Djupsli nach Nordseter in der Nähe von Lillehammer. Der Weg ist durchgehend markiert, und am Ende jeder Tagesetappe wartet eine Hütte des Norwegischen Wandervereins DNT. Diese Tour ist auch als Troll-Loipe bekannt. Troll-Loipe

Beste Aussichten
Von der ehemaligen Almsiedlung Rondablikk genießt man das beste Panorama des Rondane-Massivs. Beim Rondablikk-Høyfjellshotel gibt es einen kleinen **Peer-Gynt-Skulpturenpark**, die überlebensgroße Figur »Bukerittet« ist eine der zahlreichen Interpretationen von Peers Ritt auf dem Rentierbock. Noch besser wirkt das Bergpanorama von Hausberg Sukkertoppen. Vom Parkplatz bei den Bjørgebu-Hütten und dem Campingplatz sind es rund 300 Höhenmeter bis zum Gipfel. Im Winter wie im Sommer erreicht man von Rondablikk problemlos Mysuseter und mit guter Kondition auch Rondvassbu. Rondablikk



★★ RØROS

Gebiet: Mittelnorwegen | **Einwohnerzahl:** 3900

Bitterkalt, aber wunderschön: Røros ist Norwegens einzige Stadt im Gebirge. Als »Vater« der Stadt gilt ein gewisser Hans Olsen Aasen, der 1644 bei einem Jagdausflug zufällig auf Erz gestoßen sei und damit die mehr als 300-jährige Geschichte des Kupfererzabbaus angestoßen haben soll. Die Holzhäuser in der Altstadt sind Zeugen der Zeit des Kupferbergbaus und stehen seit 1980 auf der UNESCO-Weltkulturliste.



Dass Aasen der »Vater« Røros' ist, gilt als gesichert. Der von ihm errichtete und bis heute erhalten gebliebene **Aasengården** unweit der



Kirche ist das älteste Gebäude von Røros. Weil Norwegen zu dieser Zeit keine ausgeprägte Bergbautradition hatte, strömten bald nach der Entdeckung des Kupfererzes Bergleute und Ingenieure auch aus Deutschland nach Røros, wovon auch die Straßennamen deutschen Ursprungs zeugen. Der erste Direktor der Erzgruben, Oskar Schwatz, war ein Schwarzwälder. Nach über 300 Jahren, in denen rund 110 000 t Kupfer zutage gefördert worden waren, schloss 1977 die letzte Grube von Røros. Geblieben sind die großen, dunkelbraunen Schlackenhalden und die Wunden in der Natur, die durch das jahrhundertelange Abholzen der Wälder um Røros entstanden sind.
An die Glanzzeit der Bergbaustadt erinnert der jährliche **»Rørosmartnan«** im Februar mit Konzerten in der alten Schmelzhütte und in der Bergmannskirche, Pferde- und Schlittenparaden, Skirennen, Tanz und »Bergmannbüffets«.

Wohin in Røros?

Wahrzeichen der Stadt

»Bergstadens Ziir«

Die an der Kjerkgata aus Stein gebaute, achteckige **Barockkirche** von 1784, auch »Bergstadens Ziir« genannt, ist Wahrzeichen der Stadt, und lange Zeit war sie auch das einzige Steingebäude von Røros. Den quadratischen Turm schmücken die Bergmannszeichen Hammer und Schlägel. Zur barocken Innenausstattung dieser hellen, freundlichen Kirche gehören die mit echtem Gold verzierte Königsloge, die Orgel und eine Reihe von Porträts von Pastoren und Bergwerksdirektoren der vergangenen Jahrhunderte.

»Im Zeichen des Hammers«

Falkberget-Monument

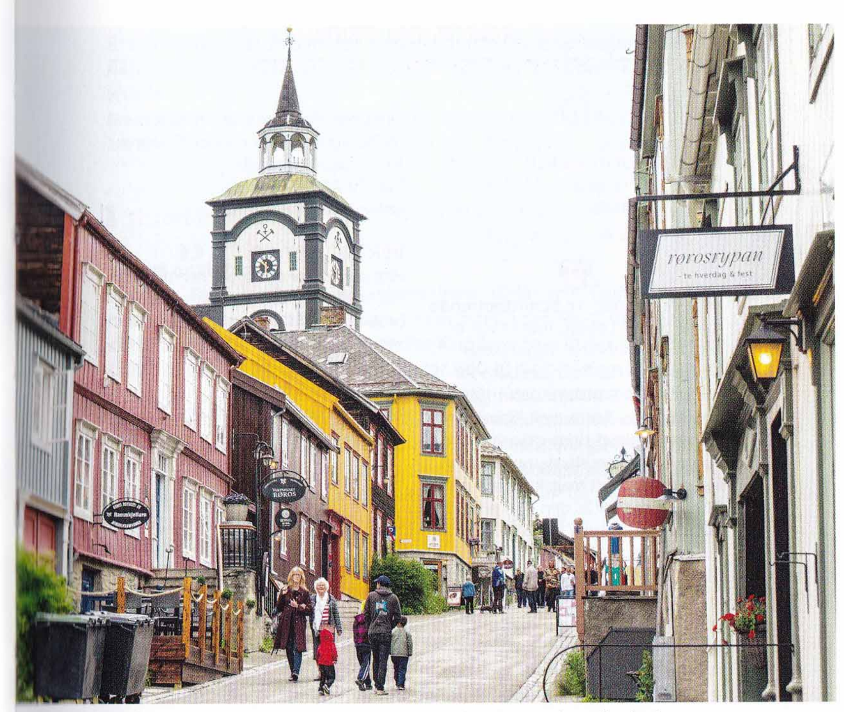
Der Künstler Sivert Donali schuf das Falkberget-Monument zu Ehren des Schriftstellers **Johann Falkberget** (1922 – 1967), der mit seinen Romanen ganz wesentlich zur Bekanntheit dieser einzigen Hochgebirgsstadt Norwegens beigetragen hat. Der Titel seiner Røros-Trilogie lautet in der deutschen Übersetzung: »Im Zeichen des Hammers«.

Kultur- und Industriedenkmal



Bergstaden

Die Gruben wurden schon lange stillgelegt, doch der gewaltige Schlackeberg ist bis heute das weithin sichtbare Zeichen, dass in Røros Erz verarbeitet wurde. Früher bildete der Malmplass, der Erzplatz, mit der **Schmelzhütte** das Zentrum der Stadt, heute ist er ein von der UNESCO geführtes Kultur- und Industriedenkmal.
Vor der Schmelzhütte wurde das Erz gewogen, hier steht auch die Glocke, die zu Schichtbeginn und zu Schichtende läutete. Die 75 denkmalgeschützten, stilgerecht restaurierten Häuser in der Bergstaden (Altstadt) geben einen guten Eindruck von den Lebensbedingungen zur Zeit des Erzabbaus. Am Fuß des Schlackeberges, in der



Die Zierde der Bergstadt heißt auch so: Die Kirche »Bergstadens Ziir« in der Kjerkgata zeigt am Turm die Symbole des Bergbaus.

Gasse Sleggveien, lebten Tagelöhner und Handwerker in winzigen Häuschen. Seit den 1950er-Jahren sind sie nicht mehr bewohnt, werden aber instandgehalten und im Sommer von der Historischen Gesellschaft Røros für Besucher geöffnet.
Die ersten Siedlungen mit den charakteristischen dunkelbraunen Arbeiterwohnungen entstanden Ende des 17. Jh.s in der Nähe des ersten Schmelzwerks am Hitterfluss. Zum Wohnhaus gehörten oft auch Viehställe, Backstuben und Vorratshäuser. Ein gutes Beispiel dafür ist der Per Amundsagården aus dem 18. Jh. in der Bergmannsgata 37, der mit Schlacke aus den Gruben gedeckt ist. Im unteren Teil der Altstadt siedelten sich die reicheren Bürger und Bergwerksdirektoren an. Größe und Ausstattung der Häuser sind sichtbares Zeugnis der Klassengrenzen. Am Malmplass befindet sich ein faszinierendes **Bergwerksmuseum** mit mehreren Modellen alter Bergwerkstechniken. Im Grubenraum des Museums, das in der alten rekonstruierten Schmelzhütte untergebracht ist, erfährt man unter anderem, wie das

RØROS ERLEBEN



DESTINASJON RØROS
Peder Hiorts gate 2, 7374 Røros
Tel. 72 41 00 00
www.roros.no



Im Winter zerren die **Schlittenhunde** schon an den Leinen; Touren von einem bis zu mehreren Tagen Dauer werden über das Touristenbüro vermittelt. Auch **Rentiere** ziehen gern den Schlitten. Touren mit Picknick im Samenzelt bietet beispielsweise Røroshusky (www.roroshusky.no). Wer es lieber motorisiert mag, kann mit dem **Schneescooter** zu den Winterweideplätzen der Rentiere fahren (Informationen über das Touristenbüro).



Mitte Februar lockt der **»Rørosmartnan«**, ein fünftägiger Wintermarkt mit vielen Händlern, Musikern und Besuchern. Einzigartig ist der Weihnachtsmarkt im Dezember, denn dann dient das gesamte Stadtzentrum als stimmungsvolle Kulisse.



PEDER HIORT MATHUS
€€€€-€€€
Im alten Direktoriumsgebäude, das zum Hotel Bergstaden gehört, wird in uriger Atmosphäre unter niedrigen Balkendecken deftige Küche serviert.
Bergmannsgata
Tel. 72 40 60 80
www.bergstadenshotel.no

KAFFESTUGGU RØROS €€
Das Café in einem der ältesten Gebäude der Stadt bietet sich für einen Imbiss an. Pastellfarbene Wände, der alte Ofen, Porträts und die Bauernmöbel verleihen ihm seinen Charme.
Bergmannsgata 18
Tel. 72 41 10 33
www.kaffestuggu.no

VERTSHUSET RØROS €€
Hier sollten Sie den typischen norwegischen Rahmbrei, »Rømmegrøt«, probieren. Und das hausgebraute Bier »Rammkjellaren«.
Kjerkgata 34
Tel. 72 41 93 50
www.vertshusetroros.no

TRYGSTAD BAKERI & KONDITORI €€
Natürlich können Sie in der Konditorei in dem hübschen Holzhaus in Kuchen und Torten schwelgen. Es gibt aber auch kleine warme Gerichte wie Pizza oder Nachos.
Kjerkgata 12, Røros
Tel. 72 41 10 29
www.trygstadbakeri.no



VERTSHUSET RØROS €€€
Gemütlicher Gasthof im historischen Zentrum; für die Unterbringung können Sie zwischen zwei Stilen wählen – eher zeitgemäß in einer ehemaligen Wollfabrik oder im alten Holzgebäude des Rammgården von 1844.
Kjerkegata 34
Tel. 72 41 93 50
www.vertshusetroros.no

ERZSCHEIDERGÅRDEN €€-€€€
Das kleine gelbe Holzhaus auf einem Hügel bei der Kirche stammt aus dem 17. Jahrhundert. Hier kann man schön mit Blick auf Røros wohnen.
Spell Olaveien 6
Tel. 72 41 11 94
www.erzscheidergaarden.no

Erz Ende des 18. Jh.s in den Gruben durch Feuersprengung gewonnen und wie mithilfe einer Pferdetretmühle ein Pumpwerk betrieben wurde.
Smelthytta: Lorents Lossius gata 45 | Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 10 bis 18, sonst 10 – 15/16 Uhr | Eintritt: 120 NOK | www.rorosmuseet.no

Rund um Røros

Warm anziehen!

Olavsgrube

Auf der Rørosvidda treiben Norwegens südlichste Samenfamilien noch heute **Rentierzucht**. Etwa 13 km östlich der Stadt befindet sich die Olavsgrube, eine 1936 entdeckte **Kupfermine**, in der im Sommer täglich Führungen stattfinden. In der 500 m tief im Berg liegenden Bergmannshalle werden im Sommer auch Konzerte veranstaltet. In der Mine im alten Storwartz-Areal, dem bedeutendsten ehemaligen Abbaugebiet der hiesigen Kupferwerke, herrscht das ganze Jahr hindurch eine konstante Temperatur von 4 °C, sodass man bei einem Besuch warm angezogen sein sollte.
Olavsgruva: Führungen Anf. – Mitte Juni und Mitte Aug. – Mitte Sept. tgl. 15, Mitte Juni – Mitte Aug. 9, 11, 13, 15, sonst Do. und Sa. 15 Uhr | Eintritt: 150 NOK, bis 16 J. frei | www.rorosmuseet.no

Die Einsamkeit der Wildnis

Abstecher ins Femundsmarka

Südlich von Røros erstreckt sich die Femundsmarka mit dem gleichnamigen Nationalpark und dem drittgrößten Binnensee Norwegens, dem **Femunden**. Der See erstreckt sich über 60 km in Nord-Süd-Richtung, ist aber nur maximal fünf Kilometer breit. Das Gebiet zwischen der Ostseite des Sees und der schwedischen Grenze wurde 1971 größtenteils als Nationalpark ausgewiesen. Der **Femundsmarka-Nationalpark** (573 km²) ist eine Wildnis aus mächtigen Kiefern, Felsblöcken, wilden Schluchten, Flüssen, Mooren und Seen, durch die keine einzige Straße verläuft. Wer die Einsamkeit liebt, ist hier genau richtig, denn hier kann man sich zu Fuß oder mit dem Kanu für mehrere Tage aus der Zivilisation verabschieden. Die Femundsmarka ist der südlichste Siedlungspunkt samischer Bevölkerung. Auf ihre Lebensweise als Nomaden und Jäger wird in dem sehenswerten **Freilichtmuseum Blokkodden** in der Nähe von Drevsjø eingegangen.

Über Generationen ungestört

Gutulia-Nationalpark

Südlich der Femundsmarka, direkt an der schwedischen Grenze, liegt der Gutulia-Nationalpark, ein wahrer Traum für alle Baumfreunde: Die Fichten sind bis zu 300 Jahre alt, viele Kiefern stehen hier sogar schon seit 500 Jahren. Im Nationalpark darf sich der Wald von Menschen ungestört entwickeln, sodass Forscher die Entwicklung über Generationen von Bäumen verfolgen können.

★ SENJA (INSEL)

Gebiet: Nordnorwegen

N 14

Die nach Spitzbergen und Hinnøya drittgrößte Insel Norwegens ist ein Paradies für Naturliebhaber. Steile Bergwände umrahmen tiefe Fjorde an der Seeseite, während geschützte Buchten und bewaldete Hügel das Gesicht der Landseite prägen.

Schatzinsel für Naturliebhaber

Wie die Hand eines riesigen Trolls wirkt die dem Meer zugewandte Seite von Senja wegen der zahlreichen Fjorde, die tief ins Land schneiden und der dazwischenliegenden, schmalen Halbinseln. Hier gleicht die Küste den ▶ Lofoten, nur kommen nach Senja lange nicht so viele Besucher wie auf die weiter südlich gelegene Inselgruppe. An dieser Außenseite von Senja führt von Botnhamn im Osten bis Gryllefjord im Westen eine 102 km lange **nationale Touristenstraße** entlang, die Teil der Walroute ist, die nach Süden weiter auf die Vesterålen und Lofoten und nördlich nach ▶ Tromsø führt. An den schönsten Stellen wie bei Husøy, Mefjordvær, Ersfjordstranda, Tungeneset und Bergsbotn wurden teils spektakuläre Aussichtspunkte eingerichtet. Bis fast 1000 m ragen die gezackten Berge direkt aus dem Meer auf, dazwischen immer wieder Fjorde mit glasklarem Wasser und weißen Stränden. Kleine Orte mit bunten Häusern oder auch nur einzelne Gehöfte bilden farbige Punkte auf dem schmalen Landstreifen zwischen Meer und Bergen. Auf der Landseite erreicht man bei **Finnsnes**, wo auch die Schiffe der Hurtigruten anlegen, die Insel über die 1120 Meter lange **Gisundsbrücke**.

Senja ist schon seit dem Ende der letzten Eiszeit bewohnt. Die ältesten erhaltenen Schriften erwähnen einen nicht sesshaften Volksstamm. Die Beute eines ihrer Raubzüge nach Friesland fand 1905 ein Bauer unter einem Stein: Norwegens größten Silberschatz. Im 16. und 17. Jh. gab es auf der Seeseite viele niederländische Siedlungen. Die Menschen lebten vor allem vom Walfang und rüsteten Polarexpeditionen aus.

Wohin auf Senja?

Dicht an dicht

Kommt man von Botnhamn, lohnt nach einigen Kilometern der Abstecher nach Husøy, einer kleinen Insel im **Øyfjord**, die durch einen Damm mit dem Festland verbunden ist. Husøy



Auf dem Eiland Husøy, dessen rund 150 Bewohner von der Fischerei leben, drängen sich die Häuser aneinander – wohl ein sehr behaglicher Zustand, umgeben vom Fjord, den Bergen und der dunklen Nacht ...

SENJA ERLEBEN



Vor Ort gibt es kein Tourismusbüro. Informationen sind zu finden unter www.visitsenja.no.



STORBRYGGA SPISERI €€€

Mit schönem Blick auf den Hafen lässt es sich hier vorzüglich und traditionell nordnorwegisch speisen. Der Fisch stammt natürlich von lokalen Fischereibetrieben, und auch sonst werden viele einheimische Produkte verwendet.
Hamnveien 1145, Skaland
Tel. 40 02 00 05
www.hamnisenja.no

SENJASTUA €€-€€€

An der Brücke, die Senja mit dem Festland verbindet, steht dieses unscheinbare Restaurant. Es gibt norwegische Gerichte, aber auch Burger. Auf der »Heilbuttinsel« steht natürlich Heilbutt auf der Karte. Wochenende geschlossen.
Laukhellaveien 2, Silsand
Tel. 77 84 40 10
https://senjastua.no



HAMN I SENJA €€€

Hamn ist ein Fischerdorf aus dem 19. Jh., das umfassend restauriert und zu einer komfortablen Ferienanlage ausgebaut wurde. Alle Räume, Studios und Apartments sind hell und freundlich eingerichtet und bieten wunderbare Ausblicke.
Hamnveien 1145, Skaland
Tel. 40 02 00 05
www.hamnisenja.no

Traumstrände

Tungeneset

Zurück auf der Str. 861 gibt es bei Tungeneset einen besonders imposanten Aussichtspunkt. Einige traumhaft schöne Sandstrände, vor allem bei **Ersfjord** und jenseits des kleinen Ortes Berg, laden Mutige zum Baden ein.

Goldenes WC

Guldassen

Falls Sie schon immer mal gepflegt, nun ja, austreten wollten: Das kleine kubistische Bauwerk mit der goldenen Fassade am Strand von **Ersfjord** ist genau dafür gedacht. Als von einem Architekten entworfene Bedürfnisanstalt mit zweckmäßigem Innern illustriert Gulldassen, dass man in Norwegen großen Wert auf stilvolle Verrichtung legt.

Vielfalt pur

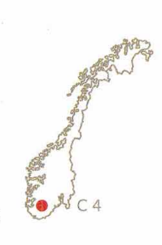
Nationalpark Ånderdalen

Im Südwesten von Senja wurde der 69 km² große, 1970 eingerichtete Ånderdalen Nationalpark eingerichtet. Im Park, der im Norden und Westen von hohen Küstenbergen gegen die Atlantikstürme geschützt ist, wachsen uralte Kiefern und Birken, dazwischen erstrecken sich Seen und Moore. Der Park weist eine **reiche Vogelwelt**

– es gibt hier noch Adler – und eine **vielfältige Flora** auf. Man findet hier weder Wanderwege noch Hütten, sodass man auf Zelte angewiesen ist. Bergwanderer kommen auf ihre Kosten. Wassersportler hingegen können hier Kanu fahren, tauchen, segeln, **erholsame Bootsfahrten** machen und in Süß- und Salzwasser angeln – Senja ist eine Hochburg des Heilbuttfangs. Ein guter Zugang zum Nationalpark bietet sich vom Campingplatz in Tranøybotn. Markierte Wanderwege existieren zwar nicht, aber der Weg zum Åndervatnet ist gut ausgetreten.

SETESDAL

Gebiet: Südnorwegen



Aus der Vogelperspektive wirkt das Setesdal, als ob ein riesiger Troll mit seinem Beil eine Kerbe geschlagen hätte, die den südlichen Teil Norwegens in zwei ungefähr gleich große Hälften teilt. Lange war es ein abgeschiedenes, schwer zugängliches Tal. So blieben hier viele Traditionen und alte Gehöfte erhalten. Doch seit in den 1960er-Jahren die ganzjährig befahrbare Straßenverbindung fertiggestellt wurde, verläuft durch das Tal eine wichtige Verbindung von der Südküste nach Bergen und ins Fjordland.



Durch das Tal fließt die **Otra**, die mehrere lang gestreckte Seen bildet, die wegen ihrer Größe und der hohen Felswände zu beiden Seiten teilweise an Fjorde erinnern. Die Sandstrände entlang des Flusses und der Seen sind im Sommer beliebte Badeplätze. Nur wenige Straßen führen aus dem Tal auf die Hochebenen zu beiden Seiten. Hier liegen noch relativ wenig erschlossene Wandergebiete, die zum Großteil oberhalb der Baumgrenze liegen.
Lange war das Tal isoliert und nur schwer zu erreichen. Auch heute ist es noch recht dünn besiedelt, denn die oft steilen Felswände lassen nur wenig Platz für Landwirtschaft. In den letzten Jahren hat der Tourismus das Tal entdeckt, bei Skifahrern, Kletterern, Kanufahrern und Wanderern gilt das Setesdal als Geheimtipp. Trotzdem haben sich viele alte Traditionen bis heute bewahrt, besonders typisch sind die alten, im Blockhausstil errichteten Vorratshäuser, die **»stabbur«**. Oft haben sie schon einige Jahrhunderte auf dem Buckel, und die Baumstämme sind von Wind und Wetter gegerbt und rissig. Auch neue Ferienhäuser und Campinghütten werden oft in diesem traditionellen Stil gebaut. Bekannt ist das Tal auch für seine **Silberschmiede**, die ihre qualitativ hochwertigen Arbeiten überall

SETESDAL ERLEBEN



EVJE/HORNNES TURISTINFORMASJON
Verksmoen 4, 4735 Evje
Tel. 37 93 23 46
www.visitsorlandet.com/setesdal

HOVDEN TURISTINFORMASJON
Hovdetun, 4755 Hovden
Tel. 48 22 72 35
www.hovden.com



Während der Sommersaison bietet **TrollAktiv** Kajak-, Rafting- und Angeltouren auf der Otra an sowie Kletterwand, Kanu- und Mountainbikeverleih, Elch- und Bibersafaris (Tel. 37 93 11 77, www.trollaktiv.no). Der **Klatreskogen** (Kletterwald) in Hornnes hat für schwindelfreie Menschen, die größer sind als 1,40 m, nervenkitzelnde Unterhaltung zu bieten (Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 10 – 18, in der Nebensaison nur Sa./So. 11 – 16 Uhr; Eintritt: 330 NOK; www.klatreskogen.no). **Mineraliensammler** können in Evje Richtung Vikstøl in sechs Pegmatitgruben seltene Gesteine finden.



Im gesamten Setesdal wird **Silberschmuck** gefertigt. In Nomeland betreibt die Familie Bjørgum in einem alten Setesdalhof die Silberschmiede Sylvartun Sylvsmed. Der Betrieb ist seit langer Zeit für seinen hochwertigen, handgearbeiteten Silberschmuck bekannt (im Sommer Mo. – Sa. 10 – 18, So. 11 – 18 Uhr, Tel. 37 93 63 06)



FJELLGÅRDEN HOVDEN €€
In dem alten Bauernhaus »Den Gamle gaard« können Sie in der gemütlichen Stube am offenen Feuer ein traditionelles Essen genießen oder einen Kaffee trinken. Merethe Hjemdahl und Rolf Arne Haugen kümmern sich um den Hofladen und bieten auch Übernachtungsmöglichkeiten.
Breivevegen 40, Hovden
Tel. 90 19 07 71
www.fjellgardenhovden.no

FURUMO €€
Unprätentiös und gesund: In dem altehrwürdigen Holzhaus im Zentrum des Orts kann man Kleinigkeiten essen oder ein komplettes Menü bestellen. Es gibt Brot aus der eigenen Bäckerei und im Laden diverse Bio-Produkte.
Hovden
Tel. 41 20 43 17
www.hovdenalpinsenter.no



HOVDESTØYLEN €€€
Das Resort bietet moderne, komfortable Hütten, Appartements und Hotelzimmer mit Holzausstattung, unweit des Skigebiets und des Golfplatzes in grandioser Hochgebirgslage.
Hovden
Tel. 37 93 88 00
https://visithovden.com/hovdestoylen

zum Verkauf anbieten. Wahrscheinlich kam das erste Silber schon früh aus Kongsberg ins Setesdal und wurde hier zu Schmuck für die Volkstracht verarbeitet.

Wohin im Setesdal?

Mineralienparadies
Verlässt man Kristiansand auf der RV 9, erreicht man nordwärts fahrend bald das Setesdal. Im **Setesdal-Mineralpark** in Hornnes sind farbenprächtige Mineralien und eine nachgebaute Grube zu besichtigen, außerdem gibt es jede Menge Aktivitäten für Kinder. Mineralien kaufen kann man natürlich auch. Die achteckige **Holzkirche von Hornnes**, zwischen 1826 und1829 erbaut, lohnt ebenfalls einen Besuch. Hornnes
Mineralparken: Mineralvegen 1 | Mitte Mai – Okt. meist Mo. – Fr. 10 bis 16, Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 10 – 18 Uhr | weitere Öffnungszeiten auf der Webseite | Eintritt: 205/155 bis 239/219 NOK | www.mineralparken.no

Wintersport und Dampfschifffahrt
Bald gelangt man nach Byglandsfjord, dem Endpunkt der Setesdalbahn, die 1962 eingestellt wurde. Der Ort ist heute ein Wintersportzentrum mit Sesselbahn und Abfahrtspisten. Außerdem starten von hier Ausflugsfahrten auf dem Byglandsfjord mit dem **Oldtimerschiff »Bjoren«**. Das Dampfschiff fungierte früher als Verlängerung der Setesdalbahn und fuhr noch bis 1962 im Liniendienst über den See. Die RV 9 führt nun, teilweise in den Fels gesprengt, am Ostufer des Byglandsfjords entlang, über dem rechts das 760 m hohe Årdalsfjell aufragt. Vor der Holzkirche in **Årdal** steht ein **Runenstein** aus dem Jahr 1100. Byglandsfjord
Oldtimerschiff »Bjoren«: Mitte Juni – Ende Aug. So. und Mi. 11 Uhr | Tickets: 250/150 NOK | Buchung/Info Tel. 99 51 82 03 | www.setesdalsmuseet.no/faste-utstillingar/bjoren

Silberschmiedekunst par excellence
Auf der Storstraumen bru überquert man den See und fährt weiter an dessen westlichem Ufer entlang. Von links kommt der **Reiårsfossen** herab. Am Nordende des Sees stehen schöne Vorratshäuser (»stabbur«). Dem Lauf der Otra folgend, führt die Straße um das links aufragende Rustfjell (1070 m). Durch eine großartige Landschaft gelangt man anschließend in den Ort **Helle**, ein traditionsreiches Zentrum der Silberschmiedekunst im Setesdal. Helle

Hauptort des Setesdal
Bei der Weiterfahrt sieht man links den 15 m hohen Hallandsfoss mit mehreren tiefen Gletschertöpfen. In einer Talweitung liegt Valle, der Hauptort des Tals, mit alten Häusern und einer Kirche von 1844. Valle

Alter Bauernort
Die RV 9 zieht nun hoch über der Otra hin, die hier eine Schlucht in den Fels gebrochen hat, und zum alten Bauernort Bykle etwas östlich vom Bossvatnet. Die schön ausgestattete Kirche aus dem 13. Jh. wurde im Bykle

19. Jh. mit Akanthusranken ausgemalt. Nördlich der Kirche liegt das **Huldreheim-Museum** mit Holzhäusern aus dem 16. Jahrhundert. Von Bykle führen markierte, zum Teil sehr lohnenswerte Wanderwege in die gebirgige Umgebung. Das Tal wird nördlich von Bykle flacher, die Gegend zeigt mehr und mehr Hochgebirgscharakter. Auf der Berdals bru passiert man wieder die Otra und fährt östlich am Hartevatnet entlang.

Für Wintersportler und Freunde kleiner Museen

Hovden

Das schön oberhalb der Einmündung der Otra in das Hartevatnet gelegene Hovden ist das wichtigste Wintersport- und Bergsteigerzentrum des Setesdals (Lifte). Im Hovden **Jernvinnemuseum**, einem kleinen, aber sehr anschaulichen Museum, versetzen Licht-, Ton- und Raucheffekte in die Wikingerzeit. Das **Hovden Badeland** ist mit Wasserrutsche, Sauna und Solarium der richtige Ort für regnerische Tage oder für diejenigen, die mal Pause von Natur und Kultur machen wollen. An der Straße folgen nördlich von Hovden der Lislevatn, der Breivatn und der Sessvatn. Hier erreicht die Strecke mit 917 m ihren höchsten Punkt zwischen Kristiansand und Haukeligrend; von dort kann man auf der ▶Haukelistraße nach Haugesund fahren.
Unter dem Begriff **Setesdalsmuseet** sind außer dem Jernvinnemuseet weitere kleine Heimatmuseen zusammengefasst: Rygnestadtunet und Tveitetunet in Valle, das Bygland Museum in Bygland, das Evje und Hornnes Museum sowie das Iveland und Vegusdal Bygdemuseum in den gleichnamigen Orten.

Jernvinnemuseet: Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 11 – 19 Uhr | Eintritt: frei | www.setesdalsmuseet.no (Info auch zuden anderen)
Hovden Badeland: Skulevegen 9 | Kernöffnungszeiten im Sommer tgl. 10 – 19 Uhr, sonst wechselnde Öffnungszeiten (siehe Website) | Eintritt: 175/140 bis 195/150 NOK | www.badeland.com



★★ SOGNEFJORD

Gebiet: Westnorwegen



»König der Fjorde« wird er genannt, denn keiner ist gewaltiger: Mit einer Länge von 204 km reichen seine Ausläufer fast bis in die Nähe von Hardangervidda, Jotunheimen und Jostedalsbre. An seiner tiefsten Stelle misst er gut 1300 m, während die Berge an seinen Ufern sich bis zu einer Höhe von 1700 m erheben. Das vom Golfstrom beeinflusste Klima lässt Walnuss- und Aprikosenbäume gedeihen, berühmte Ferienorte und Kulturdenkmäler wie die älteste Stabkirche des Landes schmücken seine Ufer.





OBEN: Der schöne Prinz: Der Fjærlandsfjord ist ein Seitenarm des Sognefjords, des »Königs der Fjorde«.
UNTEN: Holzschnitzereien an der Stabkirche von Urnes, der ältesten Holzkirche der Welt

Ein dramatischer Fjord

An der Meeresseite ist der Sognefjord breit und karg, wird weiter im Landesinnern immer schmaler und verästelt sich mehrfach. Vor allem die kleinen Fjordarme wie Fjærlandsfjord, Aurlandsfjord oder Nærøyfjord bieten spektakulärste Anblicke. Der nur 18 km lange **Nærøyfjord** zählt zu den engsten Fjorden Europas, er wird von über 1000 m hohen Felswänden fast erdrückt. Auch der **Aurlandsfjord** ist an Dramatik kaum zu überbieten.
Ähnlich wie am Hardangerfjord, geschieht auch am Sognefjord fast alles gleichzeitig. Während an den Hängen noch die Obstbäume blühen, reifen am Wasser schon die Erdbeeren, und kurz darauf färben sich die Kirschen rot. Frühling, Sommer und Herbst verschmelzen hier zu einer einzigen Jahreszeit.
Der Sognefjord war schon immer eine wichtige Verkehrsader. Besonders verkehrsgünstig liegt der kleine Ort **Balestrand**; er kam deshalb schon früh mit Touristen in Berührung. Rund um den Sognefjord kann man einen ganzen Urlaub verbringen und die Stabkirchen von Kaupanger, Urnes und Hopperstad besichtigen, Wanderungen zu einigen der schönsten Wasserfälle wie dem Feigumfoss und dem Vettisfoss unternehmen oder Bootstouren auf Nærøyfjord, Aurlandsfjord oder Lærdalsfjord machen. Zu diesen Unternehmungen gehört – nicht nur für Eisenbahnliebhaber – eine Fahrt mit der **Flåmbahn** vom Aurlandsfjord hinauf auf die Hardangervidda.
Nur das Nordufer des Sognefjords ist durchgehend durch Straßen erschlossen. Aber es verkehren zahlreiche Fähren bis hinein in die kleinsten Verästelungen des Fjords. Von Bergen fahren Ausflugsschiffe sogar bis nach Årdalstangen am östlichen Fjordende.

Wohin am Sognefjord?

Inmitten von zahlreichen Schären und Holmen, die einstmals von eiszeitlichen Gletschern glatt geschliffen worden waren, beginnt westlich von **Rysjedalsvika** der Sognefjord. Schon bald verändert sich die Landschaft: Zu beiden Seiten des Fjords werden die Felswände nun immer höher und steiler.

Der Hauptort des westlichen Sognefjordgebiets ...

Lavik

... ist Lavik mit seinem hübschen Amtmannshof Alværen von 1760. Nur 15 km weiter befindet sich beim **Hof Breivik** die tiefste Stelle des Sognefjords (1308 m).

Romantischer Fjordort



Balestrand

Durch den 7,5 km langen Høyangertunnel erreicht man Balestrand, das bereits Mitte des 19. Jh.s von Deutschen und Engländern als Ferienort entdeckt wurde. Vor allem die **Balestrandmaler**, eine Handvoll in- und ausländischer Landschaftsmaler, spielten bei der Entwicklung des

Tourismus eine entscheidende Rolle. 1877 kaufte Ole Kvikkne den alten Gasthof in Balestrand und eröffnete einige Jahre später **Kviknes Hotel**, damals eines der größten und modernsten Hotels in Norwegen. Zu den berühmtesten Gästen gehörte **Kaiser Wilhelm II.**, der hier mehrmals übernachtete; im Prunksaal steht noch heute der Stuhl, auf dem der Kaiser 1914 saß. Der berühmte Gast schenkte dem Ort die Statue des Sognekönigs Bele, die jetzt westlich der kleinen, von Engländern gegründeten **St Olav Church** (1897) steht.
Auch heute bietet das direkt am Fjord gelegene Hotel mit seiner reich verzierten Holzfassade im Schweizerstil einen herrschaftlichen Anblick. Neben der Fassade des Kviknes Hotel erinnern im Ort noch einige prächtige Künstlervillen im Schweizerstil an die große Zeit von Balestrand.
Die Rolle des Tourismus in Norwegen beleuchtet das **Norwegische Tourismusmuseum**, u. a. mit Ausstellungen zu den Landschaftsrouten und zur Künstlerkolonie Balestrand. Im Vindreken-Café können Sie eine Pause einlegen.
Reiselivsmuseum: Holmen 12 | Juni-Sept. Di. – So. 10 – 16 Uhr | Eintritt: 90/45 NOK | https://reiselivsmuseum.no

Von der Borgund-Stabkirche abgeschaut



Hopperstad Stabkirche

Um die Hopperstad-Stabkirche in **Vik** zu besuchen, muss man mit der Fähre von Dragsvik nach Vangsnes übersetzen. Am Westportal der Kirche aus der Mitte des 12. Jh.s befindet sich ein wunderschönes Drachenportal. Der Laubengang, der Dachreiter und die Apsis wurden nach dem Vorbild der ▶ Borgund-Stabkirche rekonstruiert.

Sehr zu empfehlen ...

Fjærlandsfjord

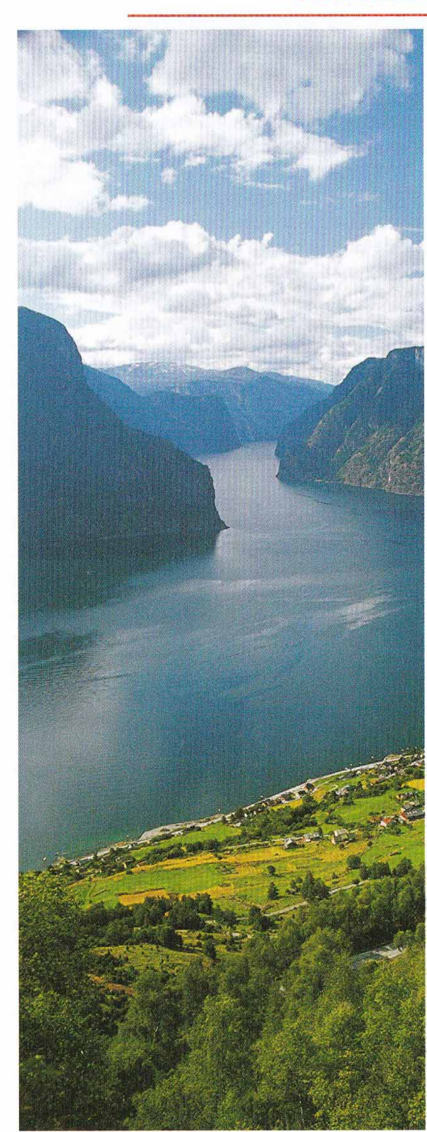
... ist ein Abstecher zum Fjærlandsfjord nördlich von Balestrand, einem rund 26 km langen Seitenarm des Sognefjords. Nördlich vom idyllischen Fjordort Fjærland lohnen die Gletscher Suphellebre und Bøyabre einen Besuch, beides Arme des großen ▶ Jostedalsbre. Westlich des Suphellebre kann man bis auf 1000 m Höhe zur Flatbrehytta aufsteigen.

Paradiesgärten

Leikanger, Hermansverk

Entlang des kurvigen Nordufers führt die RV 55 mitten durch eine der größten Obstanbauregionen Norwegens nach Leikanger und Hermansverk. Während im Mai auf den Bergen noch der Schnee liegt, blühen am Ufer bereits **zigtausende Obstbäume**. Wegen des Golfstroms reifen hier innerhalb eines kurzen Sommers sogar Walnüsse, Aprikosen und Pfirsiche heran. Kein Wunder, dass in Hermansverk auch Europas nördlichste Forschungsstation für Obst und Beeren liegt. Rund um den Sognefjord haben sich 14 Obsthöfe zur ersten »Obstroute« Norwegens zusammengeschlossen. Besucher können entlang der **»Fruktrute«** genannten Genießerstrecke zur

SOGNEFJORD ERLEBEN





VISIT SOGNEFJORD

Parkvegen 5, 6856 Sogndal
www.sognefjord.no

Infos zu Balestrand auch bei der priavten Website
www.visitbalestrand.com



LINDSTRØM HOTEL €€€

Das Büfett im Haupthaus dieses Hotels ist überaus reichhaltig, vor allem die Auswahl an Gebäck und Käse. Hier können Sie auch sehr gepflegt übernachten – am schönsten sind die Zimmer im alten Hotelgebäude im Schweizerstil von 1845.
Lærdalsøyri
Tel. 57 66 69 00
www.lindstroemhotel.no

PERGOLA €€€

Im Restaurant Pergola des modernen Quality Hotel Sogndal fühlen Sie sich fast wie in Italien. Das Essen erinnert ans Mittelmeer, die Zutaten stammen aber großteils aus der Region. Pasta, Pizza und Co. sind vielleicht einmal eine willkommene Abwechslung zum dominanten norwegischen Fisch – aber der fehlt natürlich auch nicht auf der Karte. Im Restaurant Dr. Hagen im selben Haus gibt es kleine Gerichte und Erfrischungen.
Gravensteinsgata 5, Sogndal
Tel. 57 62 77 00
www.nordicchoicehotels.com

CIDERHUSET €€

In der Normandie würde man das schon eher erwarten – aber warum soll es in der norwegischen Obstregion nicht auch Cider (oder Cidre) geben? Im Ciderhuset jedenfalls können Sie vor oder nach dem Essen eine Ciderprobe machen. Und natürlich können Sie den Apfelwein – im eigenen Bio-Obstgarten wachsen allein 60 Sorten Äpfel – auch kaufen und mit nach Hause nehmen.
Sjøtunsvegen 32, Balestrand
Tel. 90 83 56 73
www.ciderhuset.no



KVIKNES HOTEL €€€€

Traumhaft: ein Essen oder eine nostalgische Nacht in dem 1894 aus Holz direkt am Fjord erbauten Prunkbau mit eigenem Jachthafen und Badestrand. Angeboten werden Angel- und Bootstouren sowie Hubschrauberrundflüge über den Jostedalsbreen. Das Kviknes gehört wie das Stalheim Hotel (s. u.) zur noblen Gruppe »De Historiske«, die besondere Hotels und Restaurants in Norwegen vereint.
Kviknevegen 8, Balestrand
Tel. 57 69 42 00
www.kviknes.no

STALHEIM HOTEL €€€€

Südwestlich des Endes des Nærøyfjords steht auf der Höhe das historische Hotel Stalheim, das schon vor über 350 Jahren als Poststation auf dem Weg von Oslo nach Bergen diente. Zahlreiche Künstler haben sich von der fantastischen Aussicht inspirieren lassen, die es immer noch gibt: Aus den nobel eingerichteten Zimmern geht der Blick weit auf die Berge und den Fjord.
Stalheim
Tel. 56 52 01 22
www.stalheim.com

Erntezeit frisches Obst und Beeren probieren sowie in den Hofläden Waren aus eigener Produktion kaufen. Die meisten Höfe servieren im eigenen Restaurant leckere Gerichte aus Zutaten der Region, viele bieten Gästen auch Unterkünfte an.

»König Olav schoss ...

zwischen diesen Steinen hindurch«, steht auf dem knapp 2 m hohen-Runenstein (ca. 1100) in der Nähe des Altersheims von Sogndal, dem Zentrum der Region. Möglicherweise ist damit gemeint, dass König Olav Kyrre oder König Olav Trygvasson so per Pfeilschuss den Standort der 500 m entfernten Kirche festlegte. Sogndal

Fjord, Fischer, Fähren

Südöstlich liegt direkt am Fjord Kaupanger, das im Mittelalter ein bedeutender Handelsplatz war. Sehenswert ist hier die um 1185 erbaute **Stabkirche**, die zwar später Fenster und einen Anbau erhielt, aber noch einen vollständig erhaltenen Innenraum mit mächtigen Hochsäulen hat, die durch Bogenarkaden miteinander verbunden sind. Unter der Kirche fand man Reste von zwei noch älteren Kirchen, die älteste ums Jahr 1000 erbaut. Ebenfalls einen Besuch wert ist das Kaupanger Heimatmuseum, **»De Heiberske Samlinger«**, benannt nach dem Lehrer Heiberg, der den Grundstock für dieses Museum zusammentrug. Im **Freilichtmuseum** stehen 30 Gebäude von der Hütte aus dem Mittelalter bis zum modernen Bauernhaus aus den Kaupanger

1980er-Jahren. Weiter zeigen die Sammlungen Gerätschaften rund ums Ackerbauen, Jagen, Bierbrauen und anderes mehr. Im angeschlossenen **Fjordmuseum** am Fährkai werden so ziemlich alle Fragen rund um Fjord, Fischerei und Fährwesen geklärt.

Kaupanger stavkyrkje: Kyrkjegata 3940 | Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 10 – 17 Uhr | Eintritt: 80/60 NOK | www.stavechurch.com

Sogn Fjordmuseum: Juni – Aug. tgl. 10 – 17, Mai und Sept. 10 – 15 Uhr | Eintritt: 80/40 NOK | www.dhs.museum.no

Ganz schön schmal


Nærøyfjord

Die Fähre von Kaupanger nach Gudvangen zweigt in den imponierenden Nærøyfjord ab, einen der schmalsten westnorwegischen Fjorde, in dem man von der Fähre mit ein wenig Glück sogar Seehunde erspähen kann. Seit 2005 steht der Nærøyfjord auf der UNESCO-Liste des Weltnaturerbes. Die Schiffsfahrt durch den Fjord, der an manchen Stellen nur 250 m breit und von fast senkrecht aufragenden Felswänden umgeben wird, ist atemberaubend. Im Winter ist die Sonne hier monatelang nicht zu sehen. An seinem Ende liegt **Gudvangen** (► S.376).

Die älteste Holzkirche der Welt


Urnes-Stabkirche

Sie ist weder die größte noch besitzt sie die typischen Drachenköpfe, und doch ist sie die einzige Stabkirche Norwegens, die von der UNESCO als Weltkulturerbe geführt wird. Sie vereint Spuren keltischer Kunst mit der der Wikinger und zeigt Bauformen der Romanik. Immerhin einen Superlativ beansprucht sie, den der ältesten Stabkirche, ja sogar den der ältesten Holzkirche weltweit.

Die Lage, leicht erhöht auf einer Landzunge im **Lustrafjord**, könnte nicht schöner sein. Vor über 850 Jahren wurde sie hier errichtet, wahrscheinlich an einem ganz besonderen Platz, denn hier gab es wohl schon vor der Kirche ein heidnisches Heiligtum. Von außen wirkt der Bau klein und fast ein wenig unscheinbar. Um das Holz gegen Feuchtigkeit zu schützen, wurde es unzählige Male mit Birkenteer gestrichen, was ihr eine fast schwarze Farbe und einen charakteristischen Geruch verleiht, von dem alle Stabkirchen umgeben sind. Das Fehlen der Drachenköpfe ist nicht das Einzige, was sie von anderen Stabkirchen unterscheidet, denn ihre Bögen und Kapitelle erinnern an eine romanische Steinbasilika in Italien oder Frankreich. Einzigartig wird die Urnes-Stabkirche durch das Nordportal und einige Wandteile mit kunstvollen Schnitzereien, die alle aus einer Vorgängerkirche stammen, die nur rund 100 Jahre älter war und aus unbekanntem Grund abgerissen wurde. Das wiederverwendete Schnitzwerk ist einmalig, man spricht deshalb vom **Urnes-Stil**. Zu sehen sind Löwen, Drachen und Schlangen, die in einen Kampf verwickelt sind, sowie ein prachtvolles, verschlungenes Muster aus Ranken.

Die Urnes-Stabkirche erreicht man vom im malerischen Lustrafjord gelegenen Ort **Skjolden** aus. Von dort fährt man am Ostufer entlang vorbei am 218 m hohen Wasserfall Feigumfoss. Eine andere Möglichkeit: 12 km nördlich von Sogndal nach **Svolvorn** abbiegen. Unterhalb des 1690 errichteten Hotels Walaker mit eigener Kunstgalerie legt jede volle Stunde ein kleines Schiff, das auch einige Autos über den Lustrafjord mitnimmt, zur Stabkirche von Urnes ab.

Mai – Sept. tgl. 10.30 – 17.45 Uhr | Eintritt: 100/80 NOK | www.stavechurch.com

Weithin hörbares Rauschen

Feigumfoss

Auf der Fahrt von Gaupne nach Skjolden sieht man am gegenüberliegenden Ufer des Lustrafjords am Berghang den Feigumfoss – oft ist sein Rauschen sogar über den Fjord hinweg zu hören. Von der Spitze des Lustrafjords bei Skjolden sind es von dem Gehöft Feigum ca. 20 Min. über einen ansteigenden Pfad zum Fuß des 218 m hohen Wasserfalls.

Wanderungen und herrliche Aussichtpunkte

Årdalstangen, Øvre Årdal

Am äußersten Ostzipfel des Sognefjords, **Årdalsfjord** genannt, liegt Årdalstangen mit dem Verladeplatz des Hydro-Aluminiumwerks, das in Øvre Årdal 11 km weiter nördlich steht (Besichtigung im Sommer möglich). Nördlich von Øvre Årdal erstreckt sich das **Utladal**, wo man von Hjelle aus zu Fuß in der Vettisgjel-Schlucht aufwärts zum unter Naturschutz stehenden, 275 m hohen, spektakulären Vettisfoss wandern kann. Lohnenswert ist die private Sommerstraße von Øvre Årdal nach Turtagrø (► S. 161) mit herrlichen Aussichtspunkten und Schneefeldern am Wegesrand (Vorsicht: nicht für Wohnwagen geeignet!).

Bilderbuchfjord


Aurlandsfjord

Die Einfahrt in den Aurlandsfjord (an Bord der Fähre von Kaupanger oder mit einem Ausflugsschiff), einer südlichen Verzweigung des Sognefjords, gehört zu den beeindruckendsten Erlebnissen im westnorwegischen Fjordland. An manchen Stellen ragen die mächtigen Felsen bis zu 1500 m beinahe senkrecht aus dem Wasser auf. Besonders eindrucksvoll präsentiert sich dieser Bilderbuchfjord auch von der Serpentinenstraße Snøvegen, die nach Lærdal führt. Am südlichen Ende des Aurlandsfjords liegt **Flåm** (► Voss, Umgebung). Von hier aus lohnt sich auch ein Abstecher zur vermutlich kleinsten Kirche Skandinaviens in **Undredal** (► Voss, Umgebung).

In den Aurlandsfjord mündet bei Aurlandsvangen der Aurlandsfluss. Entlang des Wasserlaufs verteilt sich eines der großen **Wasserkraftwerke** Norwegens. Aurland besteht aus fünf einzelnen Anlagen: **Aurland I bis III sowie Reppa und Vangen**. Insgesamt hat die Anlage eine Leistung von 1128 Megawatt. Während des Einrichtens der Dämme, Stauseen, Stromleitungen und Turbinenanlagen ab 1969 wurden viele Entscheidungen nach ökologischen Gesichtspunkten getroffen. Das Aurland-Kraftwerk ist heute im Besitz von E-CO Energi.



SPITZBERGEN · SVALBARD

Fläche der Inselgruppe: 61 022 km² | **Einwohner:** 2400

An keiner anderen Stelle der Welt kann man so mühelos so weit in die Arktis vorstoßen wie in Spitzbergen. Noch immer ist eine Reise hierher ein kleines Abenteuer: Ohne Waffe darf man sich der Eisbären wegen nicht außerhalb der Hauptstadt Longyearbyen bewegen.

»Svalbardi fundinn« – »die kalte Küste gefunden« – lautete die Botschaft der Wikinger, die bereits 1194 zum Archipel, 700 km nördlich vom Nordkap und nur 1300 km vom Nordpol entfernt, gelangten. Erst 400 Jahre später entdeckte der holländische Seefahrer Willem Barents die Inselgruppe wieder und nannte sie wegen der markanten Gipfel »Spitzbergen«. Statt der erhofften Handelsroute nach China fand Barents reiche Robben- und Walvorkommen am Rand des Ewigen Eises. Kurz darauf entstand im äußersten Nordwesten die Walfängersiedlung Smeerenburg (Transtadt). Nach nur wenigen Jahr-

»Gilt für ganz Spitzbergen«.



SPITZBERGEN ERLEBEN



VISIT SVALBARD (SPITSBERGEN)
Vei 221.1, 9171 Longyearbyen
Tel. 79 02 55 50
www.visitsvalbard.com
Die Website informiert u. a. über Aktivitäten wie Trekking, Wildniscamps, Ausflüge mit Hunde- oder Motorschlitten, Schneeschuhwanderungen, Bootsfahrten im Isfjord und Touren zu den Bergarbeitersiedlungen.

ANREISE
Longyearbyen wird drei- bis viermal wöchentlich von Tromsø, ferner auch von Oslo direkt angeflogen. Mit dem Schiff ist die Anreise allerdings nur in Privatbooten oder im Rahmen einer Kreuzfahrt möglich.

MITTERNACHTSSONNE
19. April – 24. Aug.
Polarnacht: 27. Okt. – 15. Feb. (Longyearbyen).



Veranstalter in Longyearbyen:

SVALBARD VILLMARKSSENTER
Tel. 79 02 17 00
www.svalbardvillmarkssenter.no

SVALBARD WILDLIFE SERVICE
Tel. 79 02 22 22
www.wildlife.no



April: **Svalbard Skimarathon**, für ganz Fitte (www.svalbardskimaraton.no). Auch der Marathon im Juni hat es in sich (spitsbergenmarathon.no). **Jazz** gibt es im Februar für Musikfreunde (www.polarjazz.no), und den **Polarblues** Ende Oktober (www.svalbardblues.com). Veranstaltungen, Ausstellungen und Kulturprojekte beginnen im November zur dunklen Jahreszeit (www.kunstpause.no) und Anfang März, wenn die Sonne wieder auftaucht (solfest.no).



RESTAURANT NANSEN €€€€
Im unprätentiösen Restaurant Nansen des Radisson Blu genießen Sie arktische Spezialitäten und einen weiten Blick in die karge Landschaft.
Vei 229.3, Longyearbyen
Tel. 79 02 34 50

WWW.RADISSONBLU.COM/HOTEL-SPITSBERGEN HUSET €€€€
Eine der erstaunlichsten kulinarischen Erfahrungen Norwegens kann man ausgerechnet hier machen. Im Huset, als eines der besten norwegischen Restaurants ausgezeichnet, gibt es nichts Außergewöhnliches, aber das ist außergewöhnlich schmackhaft zubereitet. Weinliebhaber freuen sich über einen der größten Weinkeller Skandinaviens.
Longyearbyen 9171
Tel. 79 02 50 02
www.huset.com



RADISSON BLU POLAR HOTEL SPITSBERGEN €€€€
Das nördlichste Hotel der Welt wurde für die Olympischen Winterspiele 1994 in Lillehammer erbaut, zerlegt und auf Spitzbergen wiederaufgebaut. Aus den Zimmern haben Sie einen schönen Blick in die eisige Welt.
Vei 229.3, Longyearbyen
Tel. 79 02 34 50
www.radissonblu.com/hotel-spitsbergen

zehnten waren Wale und Robben ausgerottet, und es wurde wieder still um Spitzbergen. Erst die Polarexpeditionen Fridtjof Nansens Ende des 19. Jh.s weckten neues Interesse an der Inselgruppe.
1899 entdeckte der norwegische Seefahrer Søren Zachariassen reiche Kohlevorkommen. 1906 gründete der amerikanische Millionär John M. Longyear das erste Kohlebergwerk Spitzbergens. Die dazugehörige Siedlung erhielt den Namen Longyear City. 1916 übernahm die norwegische Kohlebergbaugesellschaft SNSK Gruben und Siedlungen, aus Longyear City wurde Longyearbyen. Die Bodenschätze warfen die ungeklärte Territorialfrage neu auf; 1925 schließlich wurde die Inselgruppe norwegisch. Schon in den 1920er-Jahren gab man die meisten Bergwerke au. Geblieben sind **Longyearbyen** (2000 Einw.), die Forschungsstation **Ny Ålesund**, die nördlichste Siedlung der Welt, sowie die Bergarbeitersiedlung **Barentsburg** (russisch).

Dank des Golfstroms ...

Klima und Bevölkerung

... liegen die Temperaturen weit über denen vergleichbarer Orte. Im Juli und August steigen sie auf durchschnittlich +5 °C an, die Gewässer um die Inselgruppe sind von Juni bis Dezember eisfrei. Mit einer Gesamtfläche von ca. 61 022 km² ist der arktische Archipel **fast doppelt so groß wie Belgien**, doch leben nur etwas mehr als 2400 Menschen in vier Siedlungen ausschließlich auf der Hauptinsel Spitzbergen, die durch tief einschneidende Fjorde gegliedert ist. Im Nordosten, durch die meist vereiste Meeresenge der Hinlopenstraße abgetrennt, liegt das fast ganz von Gletschern bedeckte **Nordaustland**, im Südosten Edgeøya und Barentsøya, weit südlich davon die schmale, lang gestreckte Insel Hopen sowie Bjørnøya. Fast die Hälfte von Spitzbergen ist durch den Nationalparkstatus geschützt.

Achtung, Eisbären!

Flora und Fauna

Die arktische Flora beschränkt sich auf niedrig wachsende Blütenpflanzen, Farne, Moose und Flechten. Die Tierwelt umfasst mehr als 30 Seevogelarten, ferner Robben, Eisbären, Rentiere und Polarfüchse. Seit 1973 steht der Eisbär unter völligem Schutz; inzwischen liegt sein Bestand bei einigen tausend Tieren, die vor allem an der vereisten Ostküste Spitzbergens leben. Trotzdem kann man ihnen auch an der Westküste begegnen. Ausgehungerte Tiere sind sehr aggressiv und greifen ohne Warnung an.

Wohin auf Spitzbergen?

Kleine Hauptstadt

Longyearbyen

Die Hauptstadt Longyearbyen an der Adventsbucht des 100 km ins Land schneidenden **Isfjords** ist ganzjährig mit dem Flugzeug zu erreichen, hier gibt es einige Unterkünfte und Verpflegungsmöglichkeiten. Straßen zu anderen Siedlungen existieren nicht. Jede Tour außerhalb der Siedlung muss beim Gouverneur von Spitzbergen angemeldet werden; Bewaffnung ist Pflicht, denn man kann jederzeit Eisbären begegnen! Am besten bucht man eine Tour.
In **Longyearbyen** wartet das Svalbard Museum mit Wissenswertem zu Natur, Geschichte und Lebensweise auf Spitzbergen auf. Im selben Gebäude weihte 2015 Königin Sonja offiziell das nördlichste Kunstmuseum der Welt ein, die Kunsthalle Svalbard. Das kleine North Pole Expedition Museum dokumentiert mit Bildern und Modellen die Versuche, den Nordpol zu erreichen. Es ist nahe der Kirche zu finden, die als die nördlichste der Welt gilt.

Svalbard Museum und Kunsthalle: tgl. 10 – 17 Uhr | 100/70 NOK (nur Kunsthalle frei) | https://svalbardmuseum.no | **Expedition Museum:** Mi. – So. 10 – 14 Uhr | 100/50 NOK | www.northpolemuseum.com

Verschollen im Ewigen Eis

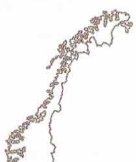
Expeditionen

Über Visit Svalbard kann man Expeditionen zu den Bergarbeitersiedlungen mit Besichtigung der Minen und der Anlagen buchen, so zum russischen **Barentsburg**, 55 km westlich von Longyearbyen am Grønfjord, und zur ebenfalls russischen »Geisterstadt« **Pyramiden** nördlich von Longyearbyen.
Noch weiter in den Norden führt die Tour nach **Ny Ålesund** am Südufer des Kongsfjords, wo man die Ny-Ålesund-Bahn besichtigt und im nördlichsten Postamt der Welt eine Postkarte aufgibt. In Ny Ålesund steht auch heute noch der Landemast für Luftschiffe, von dem der Italiener **Umberto Nobile und Roald Amundsen** 1926 mit der »Norge« zur Polüberquerung starteten. Zwei Jahre später verunglückte Nobiles »Italia« im Packeis von Spitzbergen; Amundsen blieb bei der Rettungsaktion für seinen Kollegen verschollen.

STAVANGER

Gebiet: Westnorwegen | **Einwohnerzahl:** 145 000

Die Altstadt mit ihren weiß gestrichenen Holzhäuschen zählt zu den vielen ruhigen und charmanten Seiten Stavangers. Sie ist die Ölboomtown Norwegens und die teuerste Stadt des Landes, bietet jedoch auch vielfältige kulturelle Angebote – 2008 war Stavanger »Europäische Kulturhauptstadt« –, darunter spannende und besondere Museen wie das Konservenmuseum und das Ölmuseum. Absolutes Highlight ist der Preikestolen, eines der schönsten und beeindruckendsten Ausflugsziele Norwegens.



Ölboom-town mit viel Kultur

Norwegens viertgrößte Stadt am Byfjord erlebte Anfang der 1970er-Jahre einen enormen Aufschwung, als in der Nordsee vor Stavanger **Ölvorkommen** entdeckt wurden. Die Erschließung der Ölfelder wurde von Stavanger aus koordiniert, im großen, durch vorgelagerte Inseln geschützten Hafenbecken liegen mehrere Werften. Im südlich der Stadt gelegenen Gansfjord wurden die Bohrinseln für die etwa 320 km südwestlich vor Stavanger liegenden Erdölfelder »Tor«, »Ekofisk«, und »Eldfisk« gebaut. Amerikaner, Franzosen und Engländer, die für die Ölgesellschaften arbeiten, aber auch die Studenten der verschiedenen Hochschulen tragen dazu bei, dass die Bewohner von Stavanger neben den Bergensern in Norwegen als **besonders weltoffen** gelten.

Im Jahr der Stadterhebung 1125 begann man mit dem Bau des Doms. Schnell entwickelte sich die Stadt zu einem bedeutenden geistlichen Zentrum. Als im 16. Jh. große Heringsschwärme auftauchten, wurde Stavanger auch wichtiger Fischereiort. Doch als der Hering längere Zeit ausblieb und die Stadt von mehreren Bränden heimgesucht worden war, wurde der Bischofssitz 1672 nach Kristiansand verlegt.

Zu Beginn des 19. Jh.s kehrte der Hering zurück, und 1873 wurde in Stavanger **Norwegens erste Konservenfabrik** eröffnet. Die letzte Sardine wurde in den 1950er-Jahren verpackt und in die Welt geschickt.

Wohin in Stavanger?

Unter Denkmalschutz



Gamle Stavanger

In den Gässchen von **Alt-Stavanger** auf der Westseite des Vågen erinnern die rund 170 liebevoll restaurierten, weiß gestrichenen Holzhäuser mit alten Gaslaternen und hübsch verzierten Fenstern und Türen an die Zeiten, als hier um die Wende vom 18. zum 19. Jh. Fischer, Handwerker und Seeleute wohnten. Die meisten Häuser in der Øvre Strandgate stehen unter Denkmalschutz.

Eiserne Abbilder



»Broken Column«

Bei einem Stadtbummel trifft man unweigerlich auf die »Broken Column« des Londoner Künstlers **Antony Gormley**. Er hat 23 eiserne Statuen überall in der Stadt aufgestellt, alle 1,95 m groß und genaues Abbild seiner selbst. Die erste steht am Kunstmuseum, 41 m über dem Meeresspiegel, jede weitere exakt 1,95 m tiefer, die letzte auf der Schäre Natvigs Minde in der Hafeneinfahrt, teils schon unter Wasser. Einige findet man an recht sonderbaren Orten wie im Schwimmbad, an einer Tankstelle, im Parkhaus oder in einem kleinen Laden. Im Touristenbüro ist ein Stadtplan erhältlich, auf dem alle Standpunkte eingezeichnet sind.

STAVANGER ERLEBEN



STAVANGER TURISTINFORMASJON

Strandkaien 61, 4005 Stavanger
Tel. 51 85 92 00
www.regionstavanger-ryfylke.com



Mai: hochkarätig besetztes **Jazzfestival** (maijazz.no)
Ende Juli: größtes **Gourmetfestival** Norwegens (Gladmatfestivalen, gladmat.no).



Abends strömen Ausgehwillige in den Gästehafen **Vågen** und ins östlich angrenzende Viertel, wo es jede Menge Kneipen und Restaurants gibt.

1 GAFFEL & KARAFFEL €€€-€€€€

Ja, das Essen ist ganz exquisit in dem alten rotweißen Stadthaus. Vorzügliche Fischgerichte gibt es natürlich, und auch sonst bleiben keine Wünsche unerfüllt. Aber fast noch reizvoller ist die großartig bestückte Weinbar im Keller. Hier kann man sich schon einmal festsetzen.
Øvre Holmegate 20
Tel. 51 86 41 58
www.gaffelogkaraffel.no

5 N. B. SØRENSENS DAMPSKIBSEXPEDITION €€€-€€€€

Gourmets speisen edel in der »Anderen Etage« im oberen Stock. Preisgünstiger isst man unten im rustikalen Restaurant Dampskibsexpedition.

Hinter der hübschen Fassade verbirgt sich die teuerste Stadt Norwegens.



Dafür genießt man auch ein wunderbares maritimes Ambiente mit von überall her zusammengetragenen Ausstellungsstücken, für das das Restaurant ausgezeichnet wurde.
Skagen 26
Tel. 81 55 28 81
www.herlige-stavanger.no

4 FISKETORGET €€-€€€

Absolute Frische ist Trumpf direkt hier am Vågen. Im Fischmarkt kommt nur tagesfrischer Fang auf den Tisch. Besonders beliebt sind die Dauerbrenner Shrimp-Sandwich und Fischsuppe (So. geschl.).
Strandkaien 37
Tel. 51 52 73 50
https://fisketorget-stavanger.no

2 BØLGEN & MØI €€

Im Museumscafé mit wunderbarer Aussicht auf den Hafen gibt es mittags kleine Gerichte und leckeren Käsekuchen, abends eine Speisekarte mit gehobenen Preisen für Feinschmecker.
Kjeringholmen (im Ölmuseum)
Tel. 51 93 93 51
www.bolgenogmoi.no

6 NEWSMAN NYHETSCAFÉ €€

Sicher wollen Sie auch im Urlaub über das Neueste aus aller Welt informiert sein. Das geht ganz zwanglos im Newsman, wo Sie bei kleinen Gerichten oder einem Kaffee norwegische und ausländische Zeitungen und Zeitschriften lesen können. Natürlich können Sie auch kostenfrei ins Internet.
Skagen 14
Tel. 81 55 28 83
www.newsman.no

3 CAFÉ STING €€

Urgemütlich ist es in dieser Kneipe. Sie bekommen leckere Kleinigkeiten, von Pasta bis Pizza, aber auch Fischsuppe, Salat und Burger. Auf der Bühne gibt es gelegentlich Veranstaltungen wie Jazzkonzerte und Lesungen.
Valberget 3
Tel. 51 89 38 78
www.cafesting.no



3 SCANDIC STAVANGER PARK €€€€

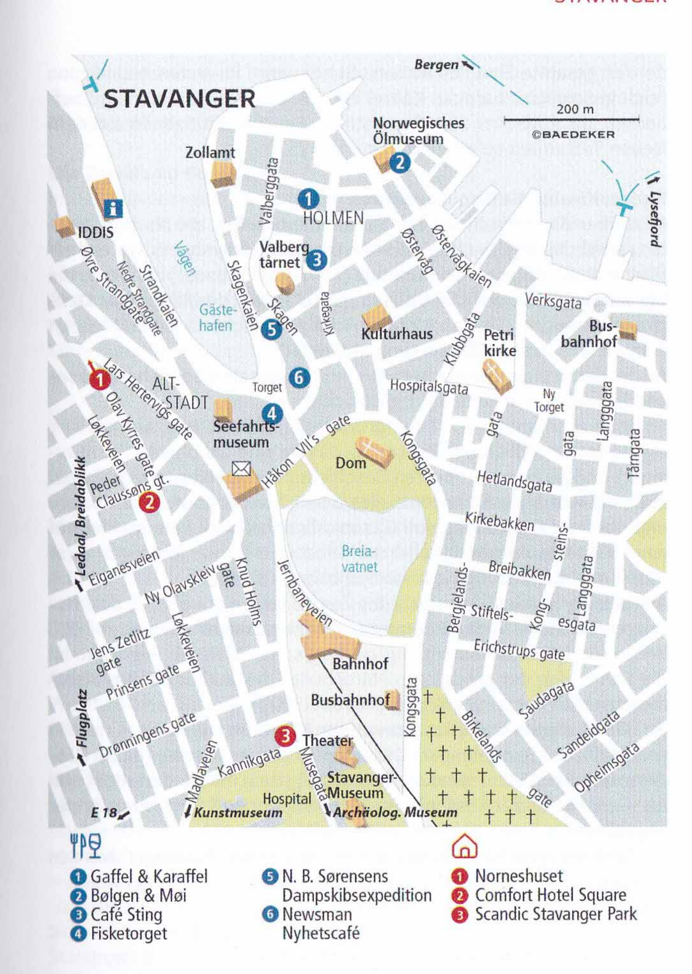
Das Scandic Park ist ein erstklassiges, zentral gelegenes Hotel, 2012 mit dem Travellers' Choice Award als bestes Hotel Norwegens ausgezeichnet. Die Zimmer sind sehr geräumig, und der Service gehört zum Besten, was sich der Gast wünschen kann.
Prestegårdsbakken 1
Tel. 51 50 05 00
www.scandichotels.no

2 COMFORT HOTEL SQUARE €€€€

Überaus trendy mit Street Art, modernem Design und leuchtenden Farben – so präsentiert sich das sehr komfortable neue Hotel mit der geschwungenen Holzfassade im Stadtzentrum. Dafür erhielt es auch einen Preis als Norwegens Trendhotel Nummer eins. Von der tollen Dachterrasse genießen sie einen spektakulären 360-Grad-Rundblick über Stavanger.
Løkkeveien 41
Tel. 51 56 80 00
www.nordicchoicehotels.no

1 NORNESHUSET €€

Das ehrwürdige, strahlend weiße Holzhaus in Skudeneshavn, Baujahr 1830, ist das älteste und größte der Häuserreihe am Wasser. Der schmale Steg ist der ideale Platz für ein gemütliches Frühstück. Per und Berit Nornes haben die Zimmer schön altmodisch eingerichtet und sorgen für einen anständigen Preis für das Wohl der Gäste.
Nordnes 7
Skudeneshavn
Tel. 52 82 72 62
www.norneshuset.no



Bedeutendstes mittelalterliches Sakralbauwerk Norwegens



Am kleinen Stadtsee Breiavatnet oberhalb des Vågen steht der **Dom**, die älteste Bischofskirche Norwegens. Die mit Hilfe von englischen Handwerkern im anglonormannischen Stil um 1100 unter dem möglicherweise aus Winchester stammenden Bischof Reinald begonnene und 1150 vollendete Kirche ist als dreischiffige Pfeilerbasilika konzipiert und war dem engischen hl. Svithun geweiht. Nach einem Brand 1272 wurde u. a. ein **Prachtchor** im gotischen Stil gebaut. Das reichhaltige **Interieur** stammt aus der Barockzeit, im 19. und 20. Jh. wur-

de der gesamte Bau restauriert. Sehenswert im Inneren sind eine reich geschnitzte barocke Kanzel von 1658 und ein steinernes Taufbecken aus gotischer Zeit. Das östliche Fenster mit Szenen aus dem Neuen Testament schuf Victor Sparre 1957.

Kunst, Kinder, Kultur, Konserven

Museen

Alles über die Herstellung von Sardinenkonserven, die bis zum Zweiten Weltkrieg der wichtigste Industriezweig Stavangers waren, erfährt man im **Konservenmuseum** (Hermetikkmuseet). Wie u. a. die hübschen Motive auf die Doosen gedruckt wurden, zeigt das **Druckereimuseum** (Grafisk Museum) im Erdgeschoss. Beide Museen firmmieren unter **»IDISS«** (von »idikett«)
An der Strandkaien beleuchtet das neu aufgestellte **Seefahrtsmuseum** 200 Jahre maritime Stadtgeschichte.
Im auch architektonisch beeindruckenden **Ölmuseum** am Kai Kjeringholmen nördlich des Zentrums, das an eine Ölbohrplattform erinnert und als eines der besten Geschichtsmuseen Norwegens ausgezeichnet wurde, erfährt man alles über den Ölboom in Norwegen und über die Entstehung von Gas und Erdöl. Kinder können hier auf einer rekonstruierten Ölbohrinsel selbst den Bohrer bewegen oder sich durch ein Rettungsnetz »in Sicherheit« bringen.
Am Mosvannpark südwestlich des Zentrums steht – als Teil des Stavanger Museums – das **Stavanger Kunstmuseum** mit seiner 2000 Werke umfassende Sammlung norwegischer Malerei. Highlight ist die Sammlung der gewaltigen Naturbilder des aus Stavanger stammenden Malers Lars Hertervig (1830 – 1902).
An der Muségata steht das **Stavanger Museum** mit natur- und völkerkundlichen Sammlungen. Das angeschlossene **Norwegische Kindermuseum** (Barnemuseum) beschäftigt sich mit Kinderkultur und der Geschichte der Kindheit. Besonders spannend für Kinder ist der angegliederte Park mit historischen Spielen.
Im **Archäologischen Museum** der Universität Stavanger werden Funde aus 15 000 Jahren Natur- und Kulturgeschichte ausgestellt.

IDDIS-Museen: Øvre Strandgate 88 | tgl. 10 – 16, Mitte Sept. – Mitte Mai Di. – So. 11 – 15 Uhr | Eintritt: 100/70 NOK | https://iddismuseum.no
Stavanger Maritime Museum: Strandkaien 22 | tgl. 11 – 16 Uhr | Eintritt: 100 NOK | www.stavangermaritimemuseum.no
Norsk Oljemuseum: Kjeringholmen 1A | Juni – Aug. tgl. 10 – 19, sonst Mo. – Sa. 10 – 16, So. bis 18 Uhr | Eintritt: 150/75 NOK | www.norskolje.museum.no
Stavanger Kunstmuseum: Henrik Ibsens gate 55 | Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 11 – 16, Do. bis 19, So. bis 17, sonst Di. – So. 11 – 16 Uhr | Eintritt: 100 NOK | www.stavangerkunstmuseum.no
Stavanger Museum mit Kindermuseum: Muségata 16 | Mitte Juni – Mitte Aug. tgl., sonst Di. – So. 11 – 16 Uhr | Eintritt: 100 NOK, bis 18 J. frei | www.stavangermuseum.no

Arkeologisk museum: Peder Klows gate 30A | Mai – Aug. Mo. – Fr. 10 bis 16, Sa./So. 11 – 16, sonst Di. 11 – 20, Mi. – Sa. bis 15, So. bis 16 Uhr | Eintritt: 100/40 NOK | am.uis.no

Die Royals zu Besuch

Ledaal

In der Eiganesveien 45 steht die 1799 im Empirestil errichtete Residenz Ledaal der betuchten Patrizierfamilie Kielland. Sie ist nun Wohnsitz der Königsfamilie, wenn diese in Stavanger ist. Im ersten Stock befindet sich eine Bibliothek zur Erinnerung an den Dichter Alexander Kielland (1849 – 1906), der Ledaal in seinen Romanen unter der Bezeichnung »Sandsgård« erwähnte.
Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 11 – 16 Uhr | 100/70 NOK | https://ledaal.no

Rund um Stavanger

Herrliche Aussichten

Blicke auf die Stadt

Die schönste Aussicht auf die Stadt bietet sich vom 85 m hohen **Vålandshaug** am südlichen Stadtrand (Zufahrt über die Hornklovesgate). Herrlich ist auch die Aussicht vom **Ullandshaug-Turm** (südwestlich von Stavanger im Stadtwald Sørmarka) auf die Stadt, die flache Landschaft Jæren und das Meer im Südwesten, das gebirgige Gebiet Ryfylke, den Boknafjord im Nordosten und den Gansfjord im Osten.

Aus der Eisenzeit

Jernaldergarden

Westlich des Turms wurde die vom Archäologischen Museum betreute Hofanlage Jernaldergarden aus der Eisenzeit (350 bis 550 n. Chr.) als einzige derartige Anlage Norwegens direkt auf den alten Resten rekonstruiert. Daneben liegen die Reste einer Steinzeit-Siedlung sowie Gräber aus der Bronze- und der Wikingerzeit.
Madlamarkveien 152 | Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 11 – 16 Uhr, Ende Mai – Mitte Juni und Mitte Aug. – Sept. nur Sa./So. | Eintritt: 100/40 NOK | am.uis.no

Schwerter im Berg

Hafrsfjord

Stavanger spielte in der Geschichte des Norwegischen Reichs eine bedeutende Rolle: Harald Hårfagre schlug am See Hafrsfjord im Süden der Stadt die Kleinkönige und schuf damit die Voraussetzung für die **Reichsbildung um 872**. Zum Gedenken an dieses Ereignis wurden 1983 am Hafrsfjord drei überdimensionale Schwerter aufgestellt, die »Schwerter im Berg« (norw. »Sverd i Fjell«). Künstler Fritz Røed bildete die Griffe der mächtigen Wikingerschwerter nach Funden aus verschiedenen Teilen des Landes nach. Die Dreierzahl steht für die an der Schlacht beteiligten norwegischen Distrikte, die in den Boden gerammten Schwerter für den Brauch der Wikinger, damit Frieden zu wahren.

Größter Freizeitpark Westnorwegens

Freizeitpark Kongeparken

Der Freizeitpark Kongeparken, u.a. mit Mini-Autostadt, Mountainbike-Cross-Bahn, Bobbahn, Vogelpark und Reitanlage, liegt ca. 30 km südlich von Stavanger an der E 39 bei Ålgård.

Mitte Juni bis Mitte Aug. tgl. geöffnet, sonst nur am Wochenende | Eintritt: ab 429 NOK | www.kongeparken.no

Die Geschichte der norwegischen Luftfahrt ...

Flyhistorisk Museum

... seit dem Zweiten Weltkrieg wird im **Luftfahrtmuseum** beim Flughafen Stavanger in Sola anschaulich präsentiert, unter anderem mit historischen militärischen und zivilen Luftfahrzeugen, Modellen und Fotografien. Wer 800 NOK investiert, kann in einem Flugsimulator eine Boeing 737 steuern.

Flyplassveien 129 | Mitte Juni - Mitte Aug. Di. - So. 12 - 16 Uhr, Mitte Mai - Mitte Juni und Mitte Aug. - Ende Nov. nur So. | Eintritt: 80/40 NOK | www.flymuseum-sola.no

Wie viel wiegt das menschliche Gehirn?

Vitenfabrikken Sandnes

Ein genauerer Blick auf Orion, Pegasus und andere Sternkonstellationen gefällig? Alle Fragen werden beantwortet, alles ist möglich in der Wissensfabrik in Sandnes, ebenfalls einem Teil des Regionalmuseums Jærmuseet. Ausstellungen, Filme, Workshops und Theater: So macht Wissensvermittlung der ganzen Familie Spaß. 2009 wurde die Wissensfabrik mit dem Micheletti Award für das beste Technologiemuseum Europas ausgezeichnet.

Storgata 28 | Mitte Mai - Mitte Aug. Di. - So. 11 - 17, sonst Di. - Fr. 10 - 15, Sa./So. 11 - 17 Uhr | Eintritt: 140/75 NOK | www.jaermuseet.no

Das besterhaltene Kloster Norwegens

Utstein Kloster

Von Stavanger gelangt man durch den 5860 m langen und 223 m unter dem Meeresspiegel liegenden Byfjordtunnel zur Insel Mosterøy. Von Stavanger verkehrt auch ein Schiff zum Utstein-Kloster. Da es direkt am Kloster kaum Parkplätze gibt, lohnt es sich, das Auto einen Kilometer zuvor zu parken und die landschaftlich schöne Strecke gemütlich zu Fuß zurückzulegen.

Das **Augustinerkloster** Utstein auf Mosterøy wurde bereits im 13. Jh. erwähnt und ist das besterhaltene Kloster Norwegens. In dieser idyllischen Anlage, die von hohen alten Bäumen, dem blauen Meer und sanften Hügeln mit Wiesen, auf denen Schafe weiden, umgeben ist, werden im Sommer im Schutz der dicken Steinmauern Konzerte veranstaltet. Heute wird das Kloster auch als Hotel für Kurse und Konferenzen genutzt.

Mosterøyveien 801 | Mitte Mai - Mitte Aug. Mo. - Sa. 11 - 16, So. 12 - 17, Mitte Aug. - Okt. u. März - Mitte Mai nur So. 12 - 17 Uhr | Eintritt: 100/70 NOK | stavangermuseum.no

Am Meer

Hå Gamle Prestegård

Der Pfarrhof Hå Gamle Prestegård von 1637 liegt direkt am offenen Meer nahe einem großen Gräberfeld aus der Eisenzeit. Es gibt ein kleines Museum, eine Galerie und ein nettes Café.

Håvegen 347 | Juni - Aug. Di. - Fr. 11 - 17, Sa./So. 11 - 17, sonst Di. - Fr. 11 - 15, Sa., So. 11 - 17 Uhr | Eintritt: 70 NOK | www.hagamleprestegard.no

Leuchttürme und schöne Sandstrände

Jæren

Vier Leuchttürme in Jæren, die zum Teil noch in Betrieb sind (Friluftsfyret Kvassheim, Obrestad Fyr, Feistein Fyr und Tungenes Fyr), dienen heute vor allem als Ausflugsziele mit Informationswert; sie sind mit Cafés, Ausstellungen oder sogar Übernachtungsmöglichkeiten ein schöner Anlass, die Küste mit dem Fahrrad oder mit dem Auto abzufahren.

Weiße Sandstrände ganz wie im Süden: der Solstranden beim Flugplatz, der Hellestøstrand (30 km südwestlich Stavanger) und der Orresanden auf dem Jærenriff gehören zu den schönsten Stränden Norwegens.

An Küsten und Seen entlang

Landschaftsrouten Ryfylke und Jæren

Eine weitere Möglichkeit, abseits der Hauptverkehrsstraßen das Beste der norwegischen Landschaft sowie sehenswerte Landschaftsarchitektur in Form von attraktiven Aussichtspunkten und Rastplätzen zu erkunden, ist die Fahrt entlang der beiden Landschaftsrouten Ryfylke und Jæren, die in der Nähe von Stavanger verlaufen.

Von Oanes südöstlich von Stavanger führt die **Landschaftsroute Ryfylke** 260 km an Küste und Seen entlang bis ins nördlich gelegene Hårå. Die Straße verläuft durch weitläufige Landwirtschaftsgebiete mit Steinzäunen, die Kulturdenkmäler sind und immer noch eine Funktion haben. Die Ausblicke auf der Panoramastraße wechseln zwischen sanften Schärengärten und fruchtbarer Kulturlandschaft, schroffen Geröllfeldern, steilen Felsen und tiefen Fjorden. Highlights entlang der sehenswerten Route sind unter anderem der **Lysefjord mit dem Preikestolen** sowie der Wasserfall **Svandalsfossen**. Über einen architektonisch markanten Treppenwanderweg können Besucher den 180 m hohen Wasserfall, der in mehreren Stufen den Berg hinunterstürzt, aus nächster Nähe erleben. Einen weiteren Höhepunkt bildet ein Denkmal am ehemaligen Zinkbergwerk in der Schlucht Allamannajuvet.

Die **Landschaftsroute Jæren** verläuft südlich von Stavanger auf einer Länge von 41 km zwischen Bore und Ogna. Am Sandstrand Orrestranda informiert Sie das Friluftshus mit Café über die Region. Am kleinen Leuchtturm Kvassheim Fyr bietet sich ein besonders schöner Ausblick auf das Meer.

ZIELE
STAVANGER

Nur für Schwindelfreie!



Preikestolen

Rund 40 km hat sich der oft nur einen Kilometer breite **Lysefjord** ins Land gefressen. Seinen Namen »heller Fjord« verdankt er den blanken Felswänden an seinen Ufern, die fast 1000 m hoch aufragen. Jedes Jahr wandern mehrere 100 000 Menschen zur **Felskanzel** Preikestolen (norw. »Predigtstuhl«) und genießen den atemberaubenden Blick von der 604 m hohen Plattform auf den türkisfarben leuchtenden Fjord.

Rund zwei Stunden dauert die 3,8 km lange Wanderung über 330 Höhenmeter auf Bohlenwegen und über Felsblöcke, bis man die Felskanzel erreicht. Im Sommer geht es oft nur im Gänsemarsch vorwärts, ein für Norwegen ungewohntes Wandererlebnis. Doch die Mühe lohnt, denn die 25 x 25 m große Felskanzel, deren Wände senkrecht, teilweise sogar überhängend abbrechen, ist immer wieder beeindruckend, ja atemberaubend. Es ist der weite Blick auf die wilde, menschenleere Bergwelt und die türkisfarbene Wasserfläche des Lysefjords, auf der die Ausflugsboote winzig klein wirken, der jeden fasziniert.

Entstanden ist der Preikestolen durch eine Frostsprengung vor rund 10 000 Jahren, als ein Gletscher noch bis zum Felsen reichte. Schmelzwasser gefror in den Spalten und sprengte kantige Blöcke ab. Wer genau hinschaut, sieht auch heute einen Riss, der sich entlang des Plateaus zieht.

Von Stavanger ist der Preikestolen über die RV 13 bis Lauvvik am Høgsfjord (von dort Fähre nach Jøssang) erreichbar. Hier zweigt rechts eine Stichstraße zur Preikestolhytta ab, wo die Wanderung beginnt. Mit der Tagestour **»Lysefjord in a Nutshell«** bietet der norwegische Reiseveranstalter Fjord Tours Ausflüge zum Preikestolen an. Ein weiterer Ausflug beinhaltet einen Stopp am 1000 m hoch gelegenen Aussichtspunkt **Ørneredet** (Adlernest) und die Fahrt nach **Lysebotn**. Von dort startet eine Fjordrundfahrt auf dem Lysefjord mit Ausblick vom Schiff zum Preikestolen. Zurück nach Stavanger geht es per Bus ab Lauvvik.

www.norwaynutshell.com

Eines der atemberaubendsten Erlebnisse für Autofahrer ...

Lysebotn

... sind die 27 **Haarnadelkurven** bei Lysebotn. Hier steht auch der für das Base Jumping, die riskantere Form des Fallschirmspringens, so beliebte Felsen **Kjerag**, der südwestlich von Lysebotn 1000 m hoch in den Himmel ragt. Vom Parkplatz bei Øygardstøl erreicht man den Felsen nach einer anspruchsvollen Bergtour, die hin und zurück ca. fünf Stunden dauert.

Mit weichen Knien nähern sich die meisten der Kante des Preikestolen, legen die letzten Meter auf allen Vieren oder auf dem Bauch zurück, um das obligatorische Foto zu machen und einen Blick in die Tiefe zu werfen.

★★ TELEMARKKANAL

Gebiet: Ostnorwegen



Die 105 km lange, historische Wasserstraße verbindet die Orte Skien und Dalen und führt so vom Meer bis ins Herz der Provinz Telemark. Die Schifffahrtsstraße wurde nach fünfjähriger Bauzeit 1892 fertig gestellt. Sie nutzt zum größten Teil natürliche Wasserwege, die durch zwei Kanäle miteinander verbunden wurden. Im Verlauf dieser beiden Kanäle gibt es 18 Schleusen, die einen Höhenunterschied von 72 m überwinden. Man kann den Kanal entweder im eigenen Boot oder als Passagier auf einem der Veteranendampfer befahren.

Historische Wasserstraße

Nach seiner Fertigstellung erleichterte der Kanal das Holzflößen, heute hat er nur noch touristische Bedeutung. Bevor es den Kanal gab, war besonders die Vrangfoss-Stromschnelle ein fast unüberwindliches Hindernis. In der engen, zwei Kilometer langen Schlucht verkeilten sich die Baumstämme oft hoffnungslos zu einem unentwirrbaren Chaos. Manchmal war die Reibung sogar so groß, dass die Stämme Feuer fingen.

Auf dem Abschnitt zwischen Skien und Nordsjø wurde noch bis 2006 geflößt, deshalb wurde dieser Abschnitt modernisiert und mit vollautomatischen Schleusen versehen. Auf dem Bandak-Kanal wurde das Flößen dagegen schon 1908 eingestellt, deshalb sind hier die Schleusen nie modernisiert worden.

Während viele der Schleusen noch so aussehen wie vor 100 Jahren, hat sich die Landschaft um den Kanal verändert. Für die Bauarbeiten musste der Wald zu beiden Seiten der Wasserstraße abgeholzt werden, heute sind die Bäume längst wieder nachgewachsen und so fahren die Schiffe mitten durch den Wald.

Nostalgie pur

Schöne Schiffsfahrten

Im Sommer wird der Kanal sowohl von Linienschiffen als auch von Sportbooten befahren. Besonders reizvoll ist die Fahrt mit den nostalgischen Schiffen **»Victoria«**, Baujahr 1882, und **»Henrik Ibsen«**, Baujahr 1907. Die Linienschiffe legen am frühen Morgen in Skien oder Dalen ab und benötigen für die Fahrt durch den Telemarkkanal rund elf Stunden, wobei die Schleusenpassagen immer zu den Höhepunkten zählen. Nur zentimeterweise können die Schiffe in die aus großen Steinquadern gemauerten Schleusenkammern hineinmanövriert werden. Danach werden die Holztore von zwei Schleusenwärtern mit einer ausgeklügelten, aber verblüffend simplen Hebelkonstruktion ohne viel Kraftaufwand geöffnet und geschlossen. So wandert das Schiff mit jeder Schleuse ungefähr fünf Meter den Berg hinauf. Ein Glück, dass



6X DURCHATMEN

Entspannen, wohlfühlen, runterkommen

1.
AUTOFREIE IDYLLE
Mit bunten Holzhäusern und blühenden Gärten lädt Lyngør bei **Arendal** auf vier kleinen Inseln zum Spazieren ein. Der Titel »Europas besterhaltene Ortschaft« verspricht nicht zu viel.
(▶ S. 62)

2.
STADT DER SEEADLER
Wenn Sie den Hausberg Rønvikfjell erklimmen, können Sie mit Glück majestätische Seeadler in aller Ruhe bei ihren Gleitflügen über **Bodø** beobachten und genießen einen weiten Blick bis zur Lofotenwand und dem schneebedeckten Sulitjelma-Massiv.
(▶ S. 78)

3.
IM ZEITLUPEN-TEMPO
Steigen Sie am Morgen auf eines der Veteranenschiffe und lassen Sie sich in gemächlichem Tempo durch den **Telemarkkanal** schippern. Den ganzen Tag lang zieht die Landschaft im Zeitlupentempo an Ihnen vorbei.
(▶ S. 336)

4.
VIER AUF EINEN STREICH
Bei einer Wanderung von Kinsarvik durch das Kinsotal hinauf auf die **Hardangerviddda** liegen gleich vier rauschende Wasserfälle am Wegesrand. In ihren Wasserschleiern wuchert eine verwunschene Welt aus Moosen, Flechten und Epiphyten.
(▶ S. 128)

5.
URIGE GESELLEN
Der Aufstieg ist anstrengend, doch zur Belohnung gibt es den Blick über die weiten Hochebenen des **Dovrefjell**. Jetzt heißt es mit dem Fernglas nach einer Gruppe Moschusochsen Ausschau halten, die hier gerne in aller Seelenruhe umherziehen.
(▶ S. 89)

6.
AUF DEM SENSENGRAT
Wenn der erste steile Aufstieg zum Beseggengrat im **Jotunheimen** geschafft ist, bleibt genügend Zeit zum Durchatmen. Denn von hier bietet sich der klassische Blick auf den fast schwarzen Bessvatnet und den blaugrünen Gjende-See.
(▶ S. 156, 161)

TELEMARKKANAL ERLEBEN



VISIT TELEMARK
Unionsgata 18, 3732 Skien
Tel. 35 90 00 20
www.visittelemark.com



BRASSERIET MADAME BLOM
€€€-€€€€
In diesem Hotelrestaurant geht es sehr nobel zu: Rote Stofftapeten, goldgerahmte Spiegel, edle Möbel. Edel ist auch die Speisekarte; die Fischgerichte sind zu empfehlen. Und die Weinkarte ist beeindruckend (So. geschl.).
Kongensgate 6, Skien
Tel. 35 90 58 00
www.thonhotels.no/hoyer



DALEN HOTEL €€€€
Als architektonisches Kleinod bietet sich dieses Hotel am Telemarkkanal dar. Schweizerstil, Drachenstil und Nationalromantik bilden in dem Holzpalast eine perfekte Symbiose, kein Wunder, dass hier schon gekrönte Häupter gewohnt haben. Im Restaurant Dalen wird norwegische und internationale Küche vom Feinsten serviert. Auch wer nicht hier nächtigt oder speist, sollte sich zumindest eine Tasse Tee und ein Stück Kuchen auf der Terrasse mit Blick auf den weitläufigen Park gönnen.
Hotellvegen 33, Dalen
Tel. 35 07 90 00
www.dalenhotel.no



CANVAS HOTEL €€€€
Wenn Sie in diesem nicht leicht zu findenden Hotel mitten in der Natur eine Übernachtung buchen, werden Sie vermutlich begeistert sein. Das »Hotel«-Konzept ist ungewöhnlich: Es gibt keine Zimmer, sondern einige stilecht eingerichtete mongolische Jurten, die mit Bolleröfen beheizt werden. Vor allem Mountainbiker sind ein Zielpublikum: Sie freuen sich über 100 km Tracks drumherum. Das Reisemagazin »Geo Saison« zählt das Canvas zu den 100 schönsten Hotels in Europa.
Heimdal
Tel. 37 03 04 00
www.canvasnorway.com

sich diejenigen nicht durchgesetzt haben, die den Kanal zuschütten wollten, als die Ära des Holzflößens zu Ende ging. Doch mittlerweile müsste der Kanal grundlegend saniert werden, woher das Geld dafür kommen soll, ist jedoch noch ungewiss. Im Sommer verlassen die »Victoria« und die »Henrik Ibsen« wechselweise jeden Morgen um 8.10 Uhr Skien, um abends gegen 18 Uhr im kleinen Ort Dalen im Westen des Sees Bandak, der von bis zu 700 m steil aufragenden Bergen umgeben ist, einzulaufen. Zurück geht es ab Dalen um 8.10 Uhr bzw. 8.30 Uhr, Ankunft in Skien ist um 17.30 Uhr. Die viel jüngere »Telemarken« verkehrt täglich zwischen Akkerhaugen und Lunde.
Fahrten/Rundfahrten: Visit Telemark | Tel. 40 92 00 00 | www.visittelemark.com/telemarkskanalen

Wohin am Telemarkkanal?

»Ibsen-Stadt«

Skien

Skien ist seit Jahrhunderten ein wichtiger Handels- und Industrieplatz. Seit 1873 ist die hiesige Papierfabrik das beherrschende Unternehmen. Vom 16. Jh. an verwüsteten zahlreiche Brände die Stadt, nach dem letzten großen Feuer 1886 musste fast der gesamte Stadtkern neu aufgebaut werden. Nur in Snipetorp, einer Straße oberhalb des Zentrums, stehen noch einige alte Häuser.
Skien nennt sich »Ibsen-Stadt«, denn hier wurde **Henrik Ibsen** 1828 im Stockmannsgården am Torget geboren. Das Haus existiert nicht mehr, denn es wurde 1886 beim großen Stadtbrand zerstört. Sieben Jahre nach der Geburt des kleinen Henrik zog die Familie auf den Hof **Venstøp** mit dem berühmten Dachboden, der die Grundlage für das Theaterstück »Die Wildente« gab. Schließlich zogen die Ibsens in die Snipetorpgate (Ibsengården) mit ihren hübschen Holzhäusern.
Auch im **Frelichtmuseum Brekkeparken** östlich des Zentrums kann man mehr über Norwegens bekannten Dichter erfahren. In dem im englischen Stil angelegten Park verteilen sich das Herrenhaus und 14 Bauerngehöfte aus der Telemark.
Ibsen-Museum Venstøp und Brekkeparken: Mai – Aug. tgl außer Mo. 11 – 17 Uhr | Eintritt: 100/40 NOK | www.telemarkmuseum.no

Ein Schlösschen aus der Napoleon-Zeit

Ulefoss

Nachdem man auf dem Telemarkkanal über den See Norsjø nach Ulefoss gefahren ist, kann man das kleine Empire-Schlösschen **Ulefoss Hovedgård** von 1807, ein architektonisches Hauptwerk Norwegens aus der Napoleon-Zeit, mit seiner auffallend blauen Kuppel auf der Nordseite des Eidselva besichtigen.

Endpunkt des Telemarkkanals ...

Dalen

... ist der kleine Ort Dalen am Bandak-See, der von bis zu 900 m hohen Bergen eingerahmt wird. Größte Sehenswürdigkeit ist das 1894 eröffnete **Dalen Hotel**, einst die Residenz gekrönter Häupter. Das rund 80 m lange Holzgebäude im Drachenstil hat Ähnlichkeit mit einer Stabkirche. Auch wer die Reise auf dem Telemarkkanal nicht mit einer Übernachtung im Dalen Hotel beschließen möchte, sollte sich doch wenigstens eine Tasse Kaffee in einem der Salons gönnen und dabei in der düster getäfelten Empfangshalle die Bilder der Ehrengäste in Augenschein nehmen.
Einige Kilometer außerhalb von Dalen und nur über eine Serpentinenstraße zu erreichen, liegt die **Stabkirche von Eidsborg**. Die überwiegend schnörkellose, einschiffige Kirche wurde um das Jahr 1250 erbaut und ist bis heute fast unverändert erhalten geblieben. Am Westportal sind eine prächtige Rankenornamentik und Kapitelle mit stehenden Löwen zu erkennen.

Bø Sommarland

Auf halbem Weg zwischen Skien und Dalen, jedoch etwas abseits vom Telemarkkanal, verspricht das Bø Sommarland bei Bø nicht nur für Kinder Badespaß. In dem **Freizeitpark**, der sich zu einer der größten Attraktionen Telemarks entwickelt hat, warten mehr als 20 verschiedene Wasseraktivitäten auf große und kleine Besucher, darunter eine Riesenrutsche, eine künstliche Surfwelle sowie eine Wasserachterbahn.

Bø Sommarland: Steintjønnvegen 2 | Kernöffnungszeiten Mitte Juni bis Mitte Aug. tgl. 10 – 17/18 Uhr | Eintritt: ab 359 NOK (Hauptsaison; online günstiger) | www.sommarland.no

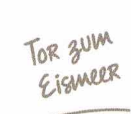


TROMSØ

Gebiet: Nordnorwegen | **Einwohnerzahl:** 42 000



»Paris des Nordens« nennt sich Tromsø gerne selbst und übertreibt dabei keinesfalls. Die hübsche Hafenstadt überrascht mit einer sehr lebendigen Kultur- und Restaurantszene inklusive ausgeprägtem Nachtleben. Und was Paris nicht bieten kann: Mitternachtssonne im Sommer und zauberhaftes Polarlicht im Winter.



Tromsø ist eine Stadt, die man sich von oben anschauen muss. Die einfachste Möglichkeit dazu bietet die **Kabinenbahn Fjellheisen**, die Passagiere in wenigen Minuten auf den 420 m hohen Hausberg Storsteinen bringt. Vom Gipfel hat man einen beeindruckenden Ausblick auf die Stadt, den Fjord und die umliegende Berg- und Insellandschaft. Wie ein Korken im Flaschenhals klemmt die kleine Insel Tromsøya, auf der sich das Zentrum der Stadt befindet, zwischen Festland und der viel größeren Insel Kvaløya. Vom Storsteinen ist das weiße Dach der Eismeerkathedrale ebenso zu sehen wie die kühn geschwungene Brücke, die nach Tromsøya führt. In der »Fjellstua« kann man sich stärken, bevor man – statt in die Seilbahn einzusteigen – in rund einer Stunde zur Talstation wandert. Bei schönem Wetter ist der Storsteinen der beste Platz, um die Mitternachtssonne zu genießen.

Gern weist Tromsø darauf hin, dass sich die nördlichste Universität, der nördlichste Botanische Garten, die nördlichste Brauerei und die nördlichste Kathedrale innerhalb der Stadtgrenzen befinden.

Stolz ist Tromsø auch darauf, dass von hier Anfang des 20. Jh.s eine Reihe von Expeditionen in arktische und antarktische Gebiete aufbrachen, was der Stadt den Beinamen »Tor zum Eismeer« eintrug. Ein Denkmal an der Hafenmole erinnert an einen dieser großen

Entdecker, nämlich an Roald Amundsen, der sich 1928 mit dem Wasserflugzeug »Latham« auf die Suche nach dem verschollenen Polarforscher Umberto Nobile machte.

Nach der Besetzung Norwegens durch die Truppen Nazideutschlands im April 1940 war Tromsø für einige Wochen bis zum 7. Juni 1940,, als König und Regierung nach Großbritannien flohen, die Hauptstadt des noch freien Norwegens. Es überstand den Krieg – als einzige Stadt in Nordnorwegen – relativ unbeschadet. Deshalb gibt es vor allem in der Storgata, Sjøgata, Skippergata, Grønnegata und Strandgata noch einige alte Holzhäuser, obwohl die Stadt insgesamt einen sehr modernen Eindruck macht. Heute ist Tromsø die **größte Stadt Nordnorwegens**, Hauptstadt des Verwaltungsbezirks Troms und ein bedeutender Fischereiplatz.

Wohin in Tromsø?

Die Eismeerkathedrale



Ishavskatedralen

Noch auf dem Festland, direkt an der Tromsø-Brücke, steht die architektonisch interessante Tromsdalen-Kirche, genannt Eismeerkathedrale, die 1965 von Jan Inge Hovig erbaut wurde und die dunkle Jahreszeit sowie das Nordlicht symbolisiert. Die wunderschön farbenfrohe, 23 m hohe Glasmalerei des Norwegers Victor Sparre, mit insgesamt 86 Glasfeldern stellt die Wiederkehr Christi dar. 2005 wurde die Orgel mit 42 Registern eingebaut.

Hans Nilsens vei 41 | Juni – Mitte Aug. Mo. – Sa. 11 – 17, So. 13 – 17, sonst tgl. 14 – 17 Uhr | Juni und Juli tgl. 14 Orgelkonzert, Juni – Mitte Aug. tgl. 23.30 Uhr Mitternachtssonnenkonzert, Feb. – Mitte März Nordlichtkonzert (nicht tgl.) | Eintritt: 55 NOK, Konzerte: Orgelkonzert 70 NOK, Nordlicht- und Mitternachtssonnenkonzert 200 NOK | www.ishavskatedralen.no

Tromsø von oben

★ **Mit der Seilbahn auf den Hausberg**

In einer Seitenstraße südlich der Eismeerkathedrale liegt die Talstation der Kabinenseilbahn Fjellheisen zum 420 m hohen **Storsteinen**, von seiner Aussichtsplattform genießt man eine beeindruckende Aussicht auf die Stadt.

Fjellheisen: Solliveien 12 | Fahrzeiten: tgl. 10 – 24 Uhr (letzte Auffahrt 30 Min. vor Schluss) | Retourticket: 240/120 NOK | www.fjellheisen.no

Drei Orte für das Stadtmuseum

Perspektivet Museum

In der Innenstadt ist die Ausstellung über Stadtgeschichte und Jugendkultur zu sehen. Im Freilichtmuseum **Folkeparken** im Süden der Stadt werden 13 Bauern- und Herrenhäuser gezeigt sowie eine spannende und informative Ausstellung über die Lofotenfischerei.

ZIELE
TROMSØ



Besonders in den Abendstunden lohnt der Besuch des Hausbergs Storsteinen. Denn dann leuchten die gemütlichen Holzhäuser Tromsøs wie kleine Laternen und zeigt sich die schöne Insellage in voller Pracht.

TROMSØ ERLEBEN



VISIT TROMSØ

Samuel Arnesens gate 5,
9008 Tromsø
Tel. 77 61 00 00
www.visittromso.no

ANREISE

Täglich laufen die Schiffe der **Hurtigruten** den Hafen an. Im Sommer ist Tromsø Anfangs- und Endpunkt von Spitzbergen-Kreuzfahrten. Flugverbindungen gibt es nach Longyearbyen/Spitzbergen, Oslo und in andere größere Städte.



Am ersten Januarwochenende findet in Tromsø **Polarnacht-Halbmarathon (Mørketidsløp)** statt. Start und Ziel ist im Zentrum. Zu absolvieren sind 10 km oder ein Halbmarathon (www.msm.no).
Anfang April lädt Tromsø zum **Skimarathon**. Die Langlaufstrecke liegt in wunderschöner Natur direkt außerhalb der Stadt und ist 40 km lang (sites.google.com/site/tromsoeskimaraton).
Mitte Juni findet in Tromsø mit dem **Mitternachtssonnen-Marathon** der weltweit nördlichste Marathonlauf statt (www.msm.no).
Unweit des Zentrums von Tromsø, in Kvaløy, kann man von Juni bis Sept. in kleinen Gruppen auf sechsstündigen Touren mit dem **Seekayak** die Küste erkunden. Auf der Insel Rebbenesøy, ca. 2 Std. von Tromsø entfernt, gibt es ein Kayakcamp mit Übernachtungsmöglichkeit in einer Yurte. Vom Camp starten auch mehrtägige Touren (Elements Arctic Camp, Tel. 90 78 96 99, http://elementsarcticcamp.com).



Internationales Filmfest: Jedes Jahr in der dritten Januarwoche, inzwischen hat es sich zu Norwegens größtem Publikumsfilmfest entwickelt (www.tiff.no).
Nordlichtfestival: Dieses Ende Januar/Anfang Februar stattfindende Festival betont vor allem innovative Musik, oft als Crossover mit traditionellen Musikarten (www.nordlysfestivalen.no).
Jazzfestival: Im August gibt es hochkarätigen Jazz mit norwegischen und internationalen Künstlern (www.tromsojazzfestival.no).

MITTERNACHTSSONNE

21. Mai – 23. Juli.

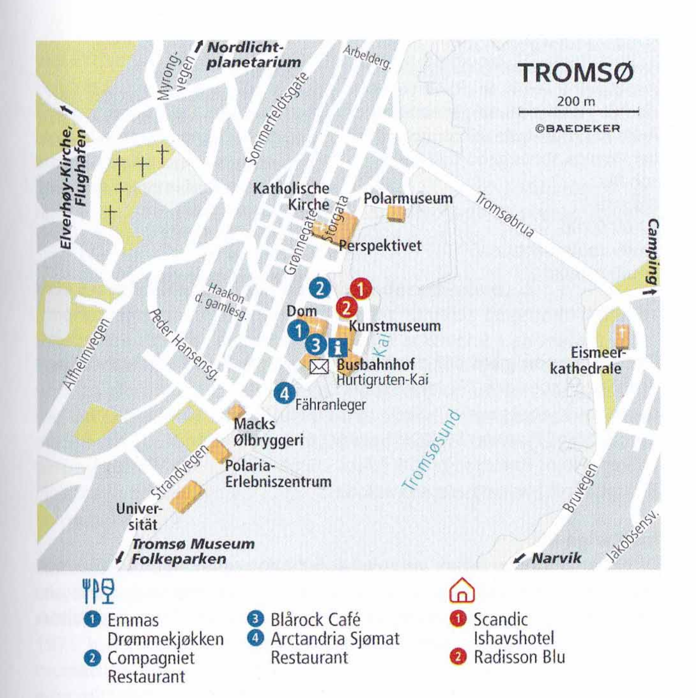


❷ COMPAGNIET RESTAURANT €€€€

Sie lieben französische Küche, möchten aber auch gern die norwegische kennenlernen? Das Compagniet, das als das beste Restaurant Nordnorwegens gilt, bietet beides: Norwegisch mit französischem Touch. Die exzellente Küche in wunderschönem Ambiente ist beliebt, daher rechtzeitig reservieren. Die Weinkarte ist beeindruckend (So. – Mi. geschl.).
Sjøgata 12
Tel. 77 66 42 22
www.compagniet.no

❹ ARCTANDRIA SJØMAT RESTAURANT €€-€€€€

Hier befinden sich gleich drei Restaurants: Im Vertshuset Skarven erwarten den Gast einfache, aber exotische Kleingerichte, das Arctandria ist ein hoch gelobtes Fisch- und Schalentierrestaurant mit regionalen und auch samischen Spezialitäten, und im Skarvens Biffhus kommen saftige Steaks in verschiedenen Größen auf den Teller.
Strandtorget 1
Tel. 77 60 07 20
www.skarven.no



❶ EMMAS DRØMMEKJØKKEN €€-€€€€

Bei Emma haben Sie drei Möglichkeiten: Im Under im Erdgeschoss gibt es kleine Gerichte zu moderaten Preisen, das intimere Drømmekjøkken in der 1. Etage serviert gehobene norwegische Küche, und das winzige Kamerset ganz oben kann man für private Feiern mieten. Drommekjøkken heißt übrigens Traumküche – das kann man bei diesem Restaurant erwarten.
Kirkegata 8
Tel. 77 63 77 30
www.emmasdrommekjokken.no

❸ BLÅROCK CAFÉ €

Eine Institution in Tromsø, das wahrscheinlich nördlichste Rock-'n'-Roll-Café der Welt. Viele kleine, gemütliche Räume auf mehreren Etagen mit authentischer Einrichtung aus aller Welt. An den Wochenenden sorgen DJs für tolle Stimmung. Hin und wieder auch Live-Musik.
Strandgata 14/16
Tel. 77 61 00 20



❷ RADISSON BLU €€€€

Buchen Sie unbedingt ein Zimmer mit Blick auf den Tromsøsund! Sie werden sich von dem Blick kaum losreißen können. Vielleicht für einen Gang in den Pub Rorbua, der zum Hotel gehört, auch wenn die beiden

Gebäude total gegensätzlich sind – das Hotel ist modern und schick, der Pub davor in einem alten, rot gestrichenen Holzhaus untergebracht. Auch das rote Holzhaus daneben mit der Pizzeria Yonas gehört zu Radisson Blu.
Sjøgata 7
77 60 00 00
www.radissonblu.no/hotell-tromso

1 SCANDIC ISHAVSHOTEL €€€€
Fast wie ein Schiffsbug ragt das markante Gebäude in den Hafen. Aus den Zimmern und den Restaurants bieten sich spektakuläre Ausblicke. Hier wohnen Sie zentral in einem der besten Hotels der Stadt.
Fredrik Langes gate 2
Tel. 77 66 64 00
www.scandichotels.com

Der **Straumen gård** auf der Insel Kvaløya (▶ S. 348) bewahrt Bauernhäuser aus dem 19. Jahrhundert.
Innenstadt: Storgata 95 | Mai – Mitte Okt. Di. – Fr. 10 – 16, Sa./So. 11 – 17 Uhr | Eintritt: 50 NOK | www.perspektivet.no
Folkeparken: Kvaløyvegen 38 | Juni – Sept. tgl. je nach Wetter | Eintritt: frei | www.perspektivet.no

Ins Ewige Eis

Polarmuseet

Direkt am Fjord gelegen, veranschaulicht das sehenswerte Polarmuseum der Universität u. a. sehr gut die abenteuerliche Südpolarexpedition von Roald Amundsen und die spektakuläre Fram-Expediton Fridtjof Nansens und seines Gefährten Fredrik Johansen.
Søndre Tollbodgata 11 | tgl. 11 – 17 Uhr | Eintritt: 100 NOK | uit.no/tmu/polarmuseet

Museum des Jahres

Nordnorsk Kunstmuseum

Nordwestlich der Schiffsanlegestelle in der Nähe der Touristinformation zeigt das Nordnorwegische Kunstmuseum auf zwei Etagen in wechselnden Ausstellungen Werke nordnorwegischer Künstler vom frühen 18. Jh. bis heute.
Sjøgata 1 | tgl. 10 – 17 Uhr | Eintritt: 80 NOK | www.nnkm.no

Neogotik in Holz

Domkirke

Etwas weiter westlich steht im Zentrum von Tromsø der Dom (1861) mit schönen Glasmalereien. Um 1250 ließ König Håkon Håkonsson an dieser Stelle eine Kirche errichten, in deren Umfeld sich nach und nach eine Siedlung entwickelte. Heute ist der vom dänisch-norwegicshen Architekten Christian Heinrich Grosch (1801 – 1865) Dom die größte neogotische Holzkirche Norwegens.

Die nördlichste Brauerei der Welt

Macks Ølbryggeri

Mit diesem Attribut wirbt die Brauerei Mack für sich. Während einer Führung durch den Bierkeller erfährt man alles über die Geschichte der Brauerei, die mit einem Bäcker aus Braunschweig begann, und viel Wissenswertes über die Kunst des Bierbrauens. Zusätzlich dürfen Sie einen Blick in die Mikrobrauerei werfen, in der die neuesten Biersorten kreiert werden. In Macks legendärer Kneipe, den »Ølhallen« direkt nebenan, kann man die Tour mit frischgezapftem Bier ausklingen lassen.
Storgata 4 | **Ølhallen:** Mo. 12 – 23, Di. – So. 12 – 0.30 | **Führung:** Kjeller 5 | Mo. – Fr. 15.30, Sa. 14.30 Uhr, 200 NOK inkl. Bierverkostung, Vorab-Buchung nicht erforderlich | www.mack.no

Wie Eisschollen, die sich übereinanderschieben, ...

Polaria-Erlebniszentrum

... erscheint das Gebäude des weiter südlich liegenden Polaria-Erlebniszentrums, das Einblick in die arktische Lebenswelt gibt. Panoramafilme entführen den Besucher auf die Insel Spitzbergen und zu den Nordpolarlichtern. Hauptattraktion des Aquariums, das im Glastunnel durchquert wird, sind die Bartrobben – schauen Sie um 10.30, 12.30 und 15.30 Uhr) beim Training und der Fütterung zu!
Hjalmar Johansensgate 12 | tgl. 10 – 16 Uhr | Eintritt: 195/85 NOK | www.polaria.no

Ehemalige Kathedrale von Tromsø

Elverhøy kirke

Die Elverhøy-Kirche von 1803, westlich hoch über dem Stadtzentrums, war von 1803 bis 1861 die Kathedrale von Tromsø und wurde 1971 hierher versetzt weil sie einem Krankenhausneubau weichen musste. Im Inneren der kreuzförmigen Holzkirche sind der Altar und eine mittelalterliche Madonna aus Holz beachtenswert.

Samische Kultur und arktische Natur

Tromsø Museum

Weiter südwestlich gelangt man vorbei an der Universität zum zwei Kilometer entfernten Tromsø-Museum im Volkspark. Seine natur- und kulturhistorischen Sammlungen beleuchten vor allem die samische Kultur und arktische Natur. Hier wird man auch umfassend über die Volksmusik Lapplands informiert, etwa den Joik der Samen, der über Kopfhörer angehört werden kann. Bereits vor 10 000 Jahren haben Menschen im Bezirk Troms von Jagd und Fischfang gelebt.
Lars Thørings veg 10 | Juni – Aug. tgl. 11 – 17, sonst Mo. – Fr. 10 bis 16.30, Sa. 12 – 15, So. 11 – 16 Uhr | Eintritt: 100 NOK | www.uit.no/tmu

Das nördlichste Planetarium der Welt

Nordlysplanetariet

Im Nordlichtplanetarium auf dem Universitätsgelände in Breivika kann man die unterschiedlichsten Himmelsphänomene sowie in einer spektakulären Lichtshow das Nordlicht erleben.
Hansine Hansensveg 17 | tgl. 10 – 17, Lichtshow »Extreme Auroras« Mo. – Fr. 15.15, Sa./So. 13.15, 15.15 Uhr | Eintritt: 120/60 NOK | nordnorsk.vitensenter.no

Rund um Tromsø

Durch das Tønsvikdal

Wandern

Bergwanderer können östlich von Tromsdal den 1238 m hohen **Tromsdalstind** besteigen und das Tønsvikdal erkunden. Hier gibt es drei Übernachtungshütten: Skarvassbu, Nonsbu und Blåkollkoia. Im Winter laden mehrere Loipen zu Langlauftouren ein.

Hübsche alte Häuser, noch ältere Felsritzungen

Insel Kvaløya

Die 1,2 km lange Sandnessund-Brücke führt hinüber zur Insel Kvaløya (»Walinsel«). Sehenswert sind die bis zu 4000 Jahre alten Felsritzungen von **Skavberg** nahe Straumhella (im Süden an der RV 862), außerdem das Dörfchen **Hella** direkt am Gezeitenstrom Rystraumen mit kleinem Freilichtpark mit einigen schönen alten Häusern aus Tromsø. Die Hillesøy-Kirche (1880) ganz im Westen besitzt zwei deutsche Altartafeln von ca. 1500. Vom weiter nördlich liegenden Fischerdorf **Hillesøy** hat man einen wunderschönen Blick auf das Meer.
Zwischen den beiden vorgelagerten Inseln **Håkøya** und **Store Grindøya** versenkten britische Bomber am 12. November 1944 das deutsche Schlachtschiff »Tirpitz«. Auf Håkøya erinnert ein Denkmal daran (s. a. S. 58).

★★ TRONDHEIM

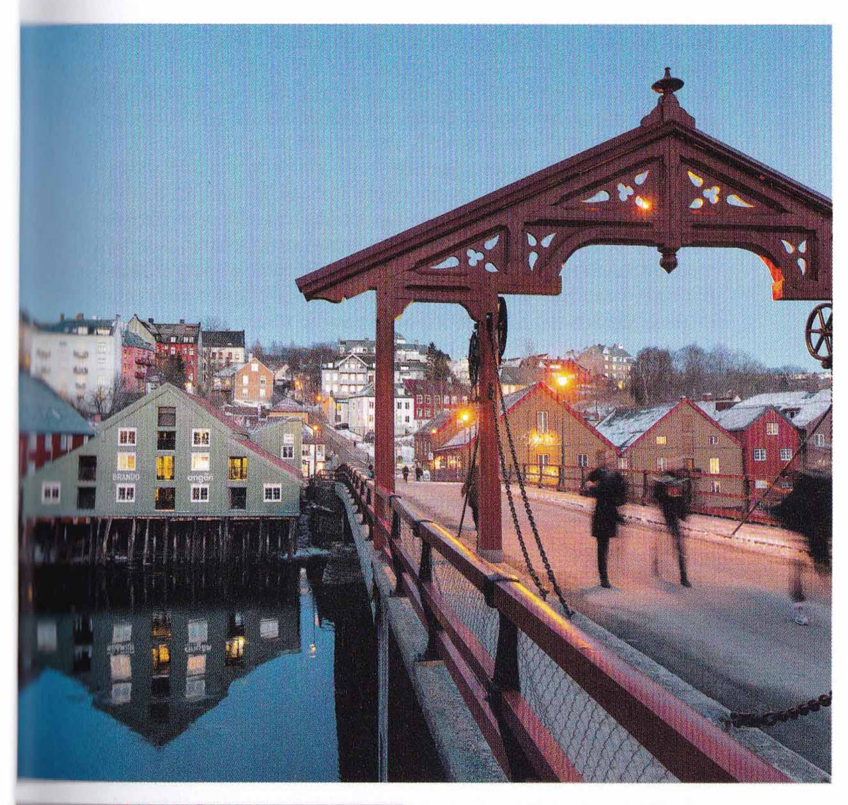
Gebiet: Mittelnorwegen | **Einwohnerzahl:** 191 000

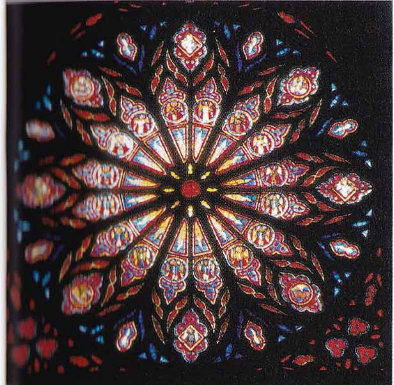
G 7

Diese beiden Fotomotive wird sich wohl kein Trondheimbesucher entgehen lassen: die Westfassade des Nidarosdoms und die Reihe bunter Speicherhäuser am Fluss. Die drittgrößte Stadt und die erste Hauptstadt Norwegens liegt malerisch an einer südlichen Bucht des Trondheimfjords.

Historische Königsstadt

Der schönste Blick auf die alten Lagerhäuser aus dem 18./19. Jh., die auf Pfählen stehen, zum größten Teil restauriert wurden und gute Fischrestaurants beherbergen, bietet sich von der Bybrua, einer roten Holzbrücke von 1861, die den Nidelv nordöstlich des Doms überquert. Bereits vor rund 1000 Jahren ließ Olav Tryggvason hier am Nidelv die ersten Speicher am Øvre Elvehavn errichten, doch schon bald brannten sie wieder ab. Auf der Ostseite des Flusses stehen alte, meist restaurierte Holzhäuser, die einstmals als Arbeiterwohnungen dienten. Wer über die Bybrua geht, ist nach wenigen Schritten im Stadtteil Bakklandet, der für seine kleinen Holzhäuser bekannt ist, in





OBEN: Der Sage nach soll die Gamle Bybrua denem Glück bringen, die sie überqueren.
UNTEN: Die Glasfenster im Nidarosdom stammen von Gabriel Kielland, einem Sohn der Stadt (1871 – 1960).

denen heute Cafés, Werkstätten und Boutiquen zu finden sind. Trondheims Altstadt wird vom Nidelv umschlossen und bildet so eine Halbinsel, die nur im Westen mit dem Festland verbunden ist. Hier befindet sich ein Großteil der Sehenswürdigkeiten, die zu Fuß zu erreichen sind.

Die Geschichte einer Königsstadt

Von Nidarnes zu Trondheim

Trondheim war ursprünglich der Name für das gesamte Gebiet am Trondheimfjord, das als die Wiege des norwegischen Reichs gilt. Hier wurden durch das Øreting die norwegischen Könige gewählt. Zwar ließ bereits **Olav Tryggvason** 997 den Königshof »Nidarnes« erbauen, doch gilt **Olav der Heilige** als der Gründer der eigentlichen Stadt (1016), die nun bis zum 16. Jh. »Nidaros« (Mündung des Nid) genannt wurde. Olav der Heilige starb hier 1030. Nach seinem Tod zogen Scharen von Pilgern zum Totenschrein des heilig gesprochenen Königs: Durch diesen Kult wurde Trondheim zur **größten und reichsten Stadt des Landes**. Über seinem Grab wurde die großartigste Kathedrale ganz Skandinaviens errichtet: der Nidaros-Dom, in dem die Könige des Landes gekrönt werden. Außer dem Dom entstanden noch neun Kirchen und fünf Klöster. Die Reformation setzte den Pilgerzügen dann ein Ende; der Schrein des Heiligen wurde nach Dänemark entführt und dort zerstört, der Leichnam im Dom an unbekannter Stelle beerdigt. Kirchen und Klöster verschwanden bis auf wenige, und Trondheims Blütezeit ging zu Ende. Nach wiederholten Bränden – zuletzt wurde **1651 die gesamte Altstadt zerstört** – erhielt der luxemburgische General Caspar de Cicignon von Christian V. den Auftrag, eine neue Stadt anzulegen. Inspiriert von der Bauweise in Versailles ließ er breite Boulevards anlegen, die vom Marktplatz in alle Richtungen verliefen. Und er ließ die **Festung Kristiansten** bauen, die mehreren schwedischen Angriffen standhielt. Anfang des 17. Jh.s erlebte die Stadt durch den zunehmenden Holzhandel wieder einen Aufschwung. Viele reiche schwedische Familien ließen sich hier nieder. Anfang des 19. Jh.s war Trondheim ebenso groß wie Christiania, das heutige Oslo.

Universitäts-, Forschungs- und Wissenschaftsstadt

Trondheim heute

Heute ist Trondheim nicht nur eine bedeutende Industriestadt, sondern hat sich auch als Universitäts-, Forschungs- und Wissenschaftsstadt einen Namen gemacht. Hier befinden sich Norwegens größte technische Hochschule, eine Universität, außerdem **Skandinaviens größtes technologisches Forschungszentrum SINTEF**.

Besuchen Sie Trondheim am besten während der **Olavstage** Ende Juli/Anfang August. Dann finden in diversen Kirchen und öffentlichen Gebäuden zahlreiche Konzerte, Ausstellungen, Musik- und Theatervorführungen statt. Im Hof des Erzbischöflichen Palais werden auf einem **Mittelaltermark**t alte Handwerke vorgeführt und norwegisches Kunstgewerbe wie Keramik, Kerzen und Schnitzereien verkauft.

Wohin in Trondheim?

Im Zentrum

Torget

Seit dem 17. Jh., als Cicignon den neuen Grundriss der Stadt entworfen hatte, bildet der **Marktplatz** (Torget) den Mittelpunkt Trondheims. Hier kreuzen sich die beiden Hauptachsen der Stadt: In Ost-West-Richtung führt die Kongensgata an der mittelalterlichen Marienkirche **Vår Frue kirke** vorbei. Die Munkegata ist in Richtung Süden auf den **Nidarosdom** und nach Norden auf die Insel **Munkholmen** ausgerichtet. Durch diese breiten Achsen wurde das Zentrum in Viertel geteilt, was die Ausbreitung von Bränden stoppen sollte. In der Mitte des Platzes steht eine 17 m hohe, achteckige Säule mit einem **Standbild des Wikingerkönigs Olav Tryggvason**. Die Säule bildet eine riesige Sonnenuhr, im Pflaster unter dem Denkmal kann man die vier Himmelsrichtungen ablesen, diese Kompassrose soll an die Navigationskunst der Wikinger erinnern.

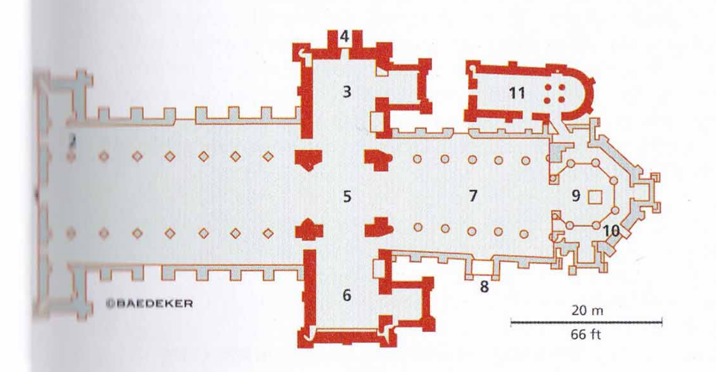
Skandinaviens großartigste mittelalterliche Kirche



Nidaros domkirke

Der **Nidarosdom** wurde gegen Ende des 11. Jh.s über dem Grab Olavs des Heiligen errichtet. Während seiner wechselvollen Geschichte zerstörten mehrere verheerende Brände den Dom, der lange Zeit als Ruine stand und letztendlich immer wieder neu aufgebaut wurde. Besonders die Restaurierung der Westfront löste immer wieder Kontroversen aus, denn über ihr ursprüngliches Aussehen gab es keine zuverlässigen Aufzeichnungen. So wurde erst 1983 die letzte Statue in die von zwei Türmen ohne Turmhelm flankierte monumentale Westfront eingefügt.
Einst wurde die **Westfassade** wohl von 40 Statuen geschmückt, von denen jedoch im 19. Jh. nur noch fünf erhalten waren. Die restlichen

NIDAROSDOM TRONDHEIM



mussten neu geschaffen werden. Ob der Dombauherr Erzbischof Øystein Erlendsson oder der Stadtgründer Trondheims Olav Tryggvason wirklich so aussahen, wie sie heute in der Fassade der Westfront stehen, ist also zweifelhaft.

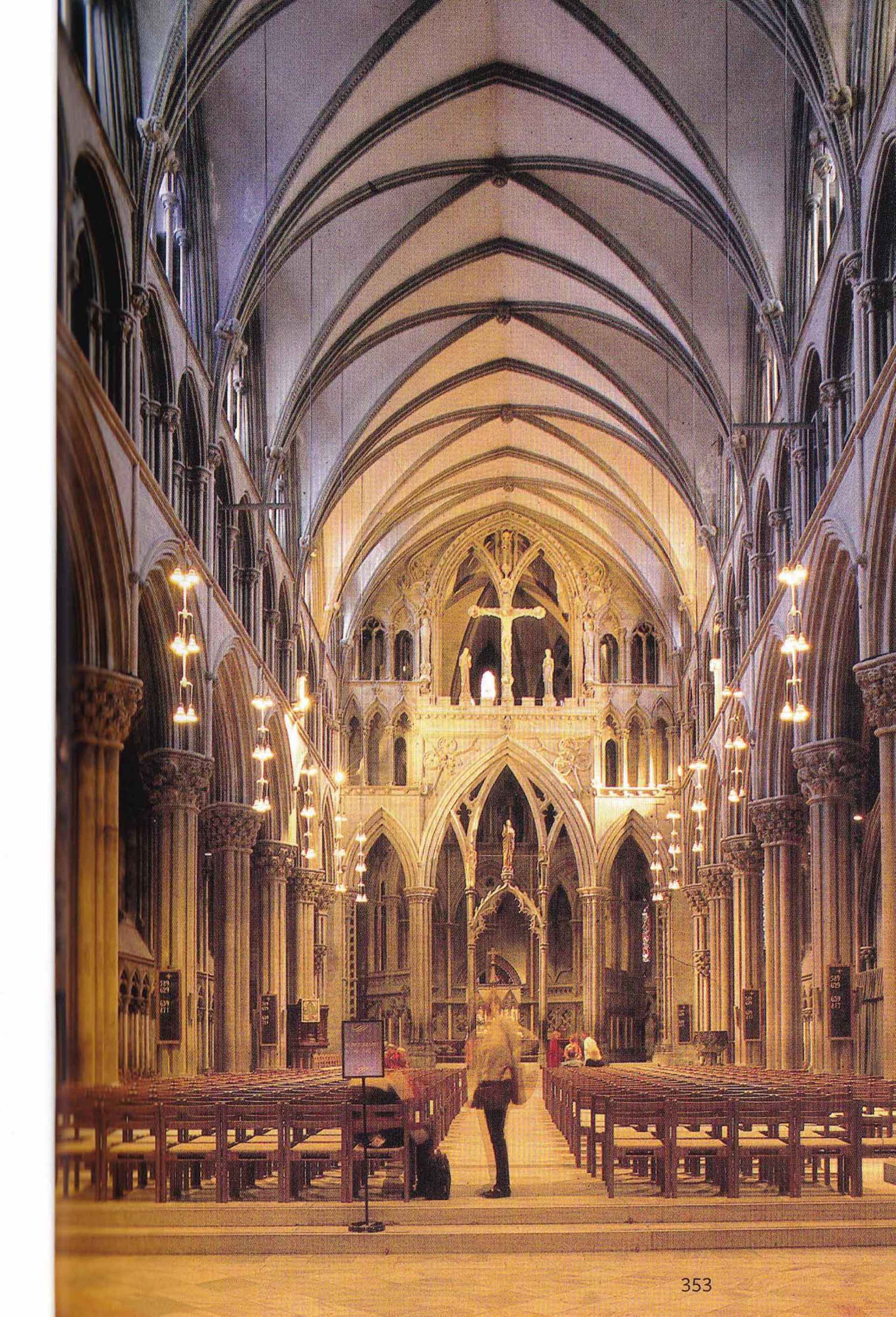
Einer der Steinmetze, Kristofer Leirdal, bekam 1965 die Aufgabe, einen neuen Erzengel Michael für die Spitze des Nordwestturmes anzufertigen. Doch wie sieht der Erzengel Michael aus? Kristofer Leirdal entschied sich für das Gesicht von **Bob Dylan**. Angeblich soll er ein großer Fan von ihm gewesen sein und wollte außerdem mit seinem Werk ein Zeichen gegen den Krieg setzen. Wer schauen möchte, ob er Dylans Gesicht wiedererkennt, kann im Souvenirshop nach einer Postkarte des Erzengels Ausschau halten.

Der Dom wurde nach Errichtung des ganz Norwegen umfassenden Erzbistums Nidaros 1151 bedeutend erweitert. Querschiff, Kapitelhaus und das prachtvolle frühgotische Kuppelachteck sind durch einen von englisch-normannischen Vorbildern beeinflussten spätromanischen Übergangsstil gekennzeichnet. Als Baumaterial diente der blaugraue Seifenstein aus der Umgebung von Trondheim. Zu Beginn des 13. Jh.s wurde der Langchor mit dem schönen Südportal, 1280 das gewaltige Hauptschiff und der Turm im gotischen Stil errichtet. Nach mehreren Bränden lag der westliche Teil ab dem Querschiff in Trümmern. Das Erwachen des Nationalbewusstseins im 19. Jh. bewahrte den Dom vor dem Untergang: 1869 begann die Wiederherstellung, und am 28. Juli 1930, zur 900. Gedenkfeier des Todes Olavs des Heiligen, wurde die Kirche neu geweiht. 1963 wurde die 1930 von Steinmeyer aus Oettingen in Schwaben gebaute Orgel unter die Rosette versetzt; die Barockorgel des deutschen Orgelbauers Joachim Wagner im nördlichen Querschiff ist 1993/1994 restauriert worden.

Bereits im 15. Jh. wurden hier mehrere Könige gekrönt und seit 1814 ist die **Segnung** – nicht Krönung – des norwegischen Königs im Dom zu Trondheim durch die Verfassung festgelegt.

Einzige Lichtquellen sind die farbenfrohen Glasfenster (1913 – 1934) von Gabriel Kielland (1871 – 1960) und die ebenfalls von ihm geschaffene, in leuchtenden Blau- und Rottönen erstrahlende Glasrosette über der Orgel. 14 Pfeiler trennen das 42,5 m lange und 20 m breite Hauptschiff von den Seitenschiffen. Über dem Hochchor wölbt sich das in reicher Gotik ausgeführte Kuppelachteck, an das sich der 26 m lange, dreischiffige Langchor mit einem sehr schönen Taufstein anschließt.

Bispegata 11 | Mitte Juni – Mitte Aug. Mo. – Fr. 9 – 17, Sa. bis 13, So. 13 bis 17, sonst Mo. – Sa. 9 – 14, So. bis 16 Uhr | Eintritt: Dom 120/60 NOK, Kombi-Ticket mit Museet Erkebispegården (s. u.) und Krönungsinsignien 180/80 NOK, Turmbesteigung (nur Mitte Juni – Mitte Aug.) 40 NOK | www.nidarosdomen.no



Das gotische Hauptschiff des Nidarosdoms entstand um 1280.

TRONDHEIM

1 Olav-Tryyvason-Säule
2 Alte Lagerhäuser

Restaurants
1 To Rom og Kjøkken
2 Trondhjem Mikrobryggeri
3 Vertshuset Tavern
4 Erlings
5 Havfruen
6 Folk & Fe
7 Baklandet Skydsstation
8 Persilleriet

Unterkünfte
1 Radisson Blu Royal Garden Hotel
2 Clarion Collection Hotel Grand Olav
3 Namsen Salon
4 Stokkøya Sjøsenter

TRONDHEIM ERLEBEN



TURISTINFORMASJON

Kongens gate 11, 7013 Trondheim
Tel. 73 80 76 60
www.visittrondheim.no



Internationales Filmfestival im März/April (kosmorama.no). **Jazzfest** im Mai (www.jazzfest.no). **Trøndersk Matfestival**, Gourmetfestival mit regionalen Spezialitäten Ende Juli/Anfang August. Jüdisches Kulturfestival Ende August/Anfang September (www.jkfest.no). Trondheim **Kammermusikkfestival** Ende September/Anfang Oktober (www.kamfest.no).



1 TO ROM OG KJØKKEN €€€€

In diesem schicken Lokal in einem alten Holzhaus in der City gibt es norwegische Küche vom Feinsten mit einem Touch ins Mediterrane. Das geht gut zusammen, wie Sie bestimmt feststellen werden. Sie können auch Kochkurse buchen, ebenso wie Bier-, Wein-, und Cocktailkurse.
Carl Johans gate 5
Tel. 73 56 89 00
www.toromogkjokken.no

5 HAVFRUEN €€-€€€

In dem alten Speicherhaus am Ufer des Nidelv sitzen Sie sehr schön mit Blick auf die gegenüber liegenden Holzhäuser. Dabei können Sie frischesten Fisch genießen. Die Menüs wechseln regelmäßig, denn den Köchen scheinen die Ideen nicht auszugehen.
Kjøpmannsgata 7w
Tel. 73 87 40 70
www.havfruen.no

2 TRONDHJEM MIKROBRYGGERI €€-€€€

Bier und Burger: Hier werden Sie satt – Sie können zwischen einer Vielzahl von gewaltigen Burgern wählen – und können Ihren Durst mit leckerem, vor Ort gebrautem Bier im uriger Brauhaus löschen.
Prinsens gate 39
Tel. 92 48 22 005
www.tmb.no

3 VERTSHUSET TAVERN €€

Seit 1739 ist das Gasthaus beim Trondelag Folkemuseum in Betrieb. Hier wird in herrlich nostalgischem Ambiente rustikal und traditionell nach Omas Rezepten gekocht (Mo. geschl.).
Sverresborg allé 11
Tel. 47 51 59 00
www.vertshusettavern.no

4 ERLINGS € €

Knackig-frische, vegetarische Bioküche – wenn Sie mal eine Pause von Fisch und Fleisch brauchen oder ohnehin darauf verzichten: Dieses freundliche Restaurant ist der Lunchtreff für alle Vegetarier!
Erling Skakkes gate 39
Tel. 45 39 61 31
www.erlings.no

6 FOLK & FE €€

In diesem hübschen, rustikalen Bistro werden die Speisen ebenso rustikal auf Holzbrettern angerichtet. Gekocht wird überwiegend Norwegisches von regionalen Produzenten.
Øvre Bakklandet 66
Tel. 97 51 81 80
www.folkogfe-bistro.no

7 BAKLANDET SKYDSSTATION €€

Sie werden feststellen, dass die Zeit hier etwas langsamer vergeht, jede

Hektik vergessen wird. In diesem urgemütlichen, sehr bunten und freundlichen Restaurant ist die Fischsuppe berühmt, auch das Bacalao und das Rentiergeschnetzelte, es gibt zudem Kaffee und Kuchen, oder Sie bestellen den besten Kakao der Stadt. Das Gebäude gibt es seit 1791; werfen Sie einen Blick in den Innenhof.
Øvre Bakklandet 33
Tel. 73 92 10 44
www.skydsstation.no

8 PERSILLERIET €€
Wraps, Pizza und alles Mögliche in vegetarischer Variante: Im freundlichen Café im St. Olavs Hospital fühlen sich Vegetarier wohl.
Olav Kyrres gate 13, Tel. 73 60 60 14, www.persilleriet.no



2 CLARION COLLECTION HOTEL GRAND OLAV €€€€
Haus der Spitzenklasse, modern eingerichtete Zimmer mit verspielten Details. Hochklassige Gastronomie.
Kjøpmannsgata 48
Tel. 73 80 80 80
www.nordicchoicehotels.no

1 RADISSON BLU ROYAL GARDEN HOTEL €€€€
Mut zur Farbe zeichnet die großen Zimmer aus. Am Fluss unweit vom Hafen gelegen, besitzt das Hotel eine riesige Lobby und bietet alle Annehmlichkeiten eines Spitzenhotels.
Kjøpmannsgata 73
Tel. 73 80 30 00
www.radissonblu.com

3 NAMSEN SALMON & TRAIN EXPERIENCE €€€€
In einem Eisenbahnwaggon aus den 1960er-Jahren, der mitten auf einer Brücke über den Lachsfluss Namsen steht, kann man außergewöhnlich übernachten. 10 Abteile mit Stockbetten, Duschen gibt es auch. Im Fluss unten schwimmt das Abendessen, das man vorbestellen kann.
Sørsivegen
3314 Øysletta
200 km nördlich
Tel. 41 45 25 35
https://nste.no

4 STOKKØYA SJØSENTER €€€
Auf der etwa 2,5 Autostunden nördlich von Trondheim gelegenen Insel Stokkøya steht dieses außergewöhnliche Hotel direkt am Strand. Preiswürdige Architektur und vorzügliches Essen bilden eine perfekte Symbiose für Liebhaber guten Designs und guter Küche in fast unberührter Natur.
Troningsveien 7
7178 Stokkøya
115 km nördlich
Tel. 72 53 43 28
www.stokkoya.no

Die Krönungsinsignien

Erkebispegård

Nebenan steht das **Erzbischöfliche Palais**, ein mittelalterlicher Steinbau, der einst den Erzbischöfen als Wohnsitz diente. Es ist Nordeuropas ältestes Profangebäude, das einstmals von dicken Ringmauern umgeben war. Nach der Reformation nutzte man ihn als Adelssitz der dänischen Lehnsherren und später als Militärmagazin. Der prächtige **Rittersaal** von 1180, der der Stadt Trondheim bei feierlichen Anlässen als Repräsentationssaal dient, kann besichtigt werden. 1983 brannten die Speichergebäude im Erzbischofssitz bis auf die Grundmauern nieder. Dabei wurden wertvolle Sammlungen zerstört. Heute sind dort ein großes

Museumszentrum mit interessanten Ausstellungen zur Geschichte Norwegens und Trondheims, eine Waffensammlung und das Museum der Widerstandsbewegung zwischen 1940 und 1945 untergebracht und die Krönungsinsignien ausgestellt.
Kongsgårds gate 1b | Juni – Aug. Mo. – Fr. 10 – 16, Sa. 10 – 15, So. 12 – 16, sonst Di. – Fr. 11 – 14, Sa. bis 15, So. 12 – 16 Uhr (Krönungsinsignien nur Sa./So.) | Eintritt: Museum 90/40 NOK, Kombi-Ticket mit Krönungsinsignien und Dom (s. o.) 200/100 NOK | www.nidarosdomen.no

Jüdisches Leben in Trondheim

Jødiske Museum

Das **Jüdische Museum** dokumentiert in zwei Ausstellungen das jüdische Leben in Trondheim und die Auswirkungen der deutschen Besatzung im Zweiten Weltkrieg auf die jüdische Bevölkerung.
Arkitekt Christies gate 1 | Mitte Juni – Mitte Aug. Mo. – Fr. 10 – 16, So. 12 – 16 Uhr, sonst auf Anfrage | Eintritt: 70/40 NOK | www.jodiskmuseum.org

Eine stille Welt

Norsk Døvemuseum

In einem früheren Gehörloseninternat in der Bispegata ist das **Norwegische Gehörlosenmuseum** untergebracht. Eine Ausstellung mit Touchscreens, deren Inhalte in Zeichensprache mit Ton und Text präsentiert werden, bietet ungewohnte Einblicke in die Welt der Gehörlosen.
Bispegata 9B | Do., Fr. 11 – 15, Sa. 12 – 16 Uhr | Eintritt: 90 NOK, bis 16 J. frei | www.norsk-dovemuseum.no

Hinaus auf die See

Sjøfartsmuseet

In der Kjøpmannsgata wird im familienfreundlichen **Seefahrtsmuseum**, das im ehemaligen Zuchthaus untergebracht ist, anhand von über 200 Schiffsmodellen und einer Sammlung historischer Seekarten die Geschichte der Seefahrt vermittelt.
Kjøpmannsgata 75 | Di. – Fr. 10 – 15, Sa. 12 – 16 Uhr | Eintritt: 90/70 NOK | www.trondheimsjofart.no

Am schönsten morgens oder bei Sonnenuntergang

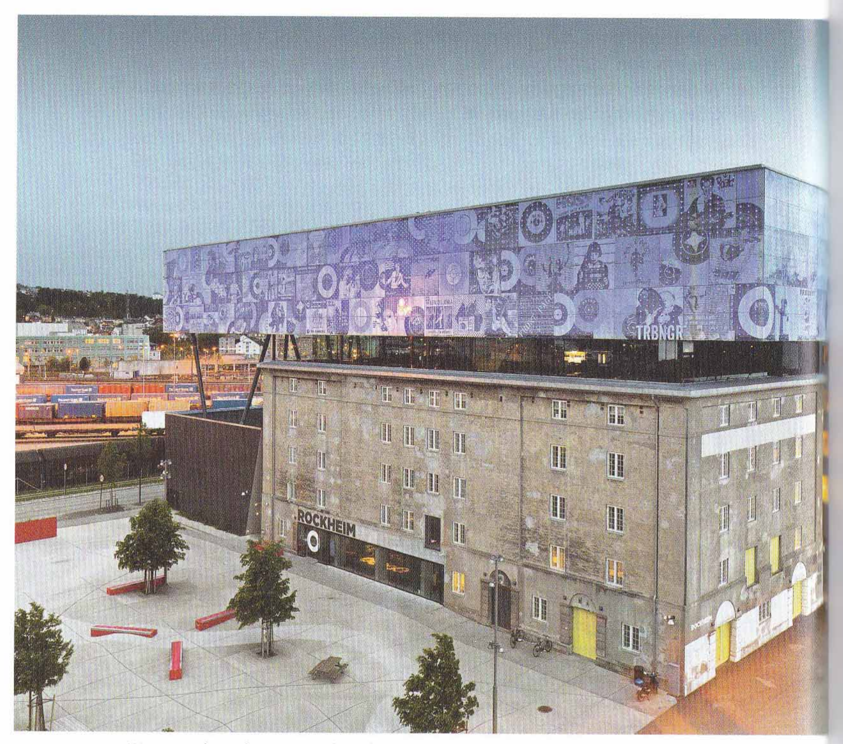
Festung Kristiansten

Wenn man von der Bybrua durch die Vorstadt Bakklandet die Anhöhe hinaufgeht, gelangt man zu der im 17. Jh. von General Caspar de Cicignon im europäischen Barockstil erbauten Festung Kristiansten, von der sich ein weiter Blick auf die Stadt bietet.
Innenräume: Juni – Aug. tgl. 11 – 15 Uhr | Festungsanlage täglich von 9 – 24 Uhr geöffnet | Eintritt: frei

Eine wunderschöne Aussicht ...

Tyholttornet

... auf Trondheim und die Fjordlandschaft haben Sie auch von dem Drehrestaurant in 80 m Höhe auf dem **Fernsehturm** (124 m ü. d. M.) östlich vom Stadtzentrum.



Wer mag, kann im Pop- und Rockmuseum Rockheim selbst aktiv werden: Kreieren Sie Ihren eigenen Musikmix oder lernen Sie Insidergriffe auf der Gitarre.

Unter Rivalinnen

Stiftsgården

Nördlich vom Marktplatz, in der Munkegata, steht der um 1770 erbaute Stiftsgården, ein mächtiges gelbes Holzhaus mit etwa 140 Zimmern, das dem norwegischen König bei seinen Besuchen in Trondheim als Wohnsitz dient. Als die Witwe **Cecilie Schøller** dieses Gebäude, eines der größten Holzhäuser Nordeuropas, errichten ließ, wollte sie ihre Rivalinnen, die in den Stadtpalästen Hornemannsgården und Harmonien wohnten, übertreffen. So wurde dieser kleine Palast zum stattlichsten Gebäude Trondheims.
Die Krönungsfeierlichkeiten der Könige Carl XIV. Johan (1818), Carl XV. (1860), Oscar II. (1873), Håkon VII. (1906), Olav V. (1958) und zuletzt Harald V. (1991) fanden im Stiftshof statt. Das Gebäude kann nur im Rahmen der stündlichen Führungen besichtigt werden.
Munkegata 23 | Führungen Juni – Mitte Aug. Mo. – Sa. stdl. 10 – 15, So. 12 – 15 Uhr | Eintritt: 110/60 NOK | www.nkim.no/stiftsgarden

Norwegische Malerei trifft dänische

Kunstmuseum

Westlich vom Dom zeigt das **Trondheim Kunstmuseum** in der Bispegata norwegische Malerei seit 1850 – ausgestellt sind auch einige Werke von Edvard Munch. Ebenfalls sehenswert: die Sammlung zur dänischen Malerei.
Bispegata 7B | Mitte Juni – Mitte Aug. Mi. – So. 10 – 16, sonst Mi. 12 – 20, Do. – So. 12 bis 16 Uhr | Eintritt: 1040 NOK, bis 18 Jahre frei | trondheimkunstmuseum.no

Aktueller Kunst ...

Trøndelag Senter for Samtidskunst

... widmet sich das **Zentrum für zeitgenössische Kunst** in der Fjordgata 11, das auch Videokunst in seiner »Black Box« zeigt.
Fjordgata 11 | Mi. – Fr. 12 – 17, Sa., So. 12 – 16 Uhr | www.samtidskunst.no | Eintritt: frei

Mehrfach ausgezeichnet


Pop- und Rockmuseum Rockheim

Norwegens erstes Pop- und Rockmuseum präsentiert in einem alten Speicher mit einem architektonisch gelungenen Aufsatz auf sechs Etagen norwegische Musik- und Kulturgeschichte von den 1950er-Jahren bis heute. Mit dabei sind international bekannte Namen wie a-ha, Lene Marlin und Marit Larsen sowie nationale Größen wie die New Jordal Singers, Alf Prøysen oder Bjørn Eidsvåg. Das Museum ist bereits mehrfach ausgezeichnet worden. Ebenfalls auf dem Museumsgelände steht eine Konzerthalle, in der Newcomer wie norwegische Musiklegenden Gastspiele geben.
Brattørkaia 14 | Sommer tgl. 10 – 17, sonst Mo. – Fr. 10 – 16, Sa./So. 11 – 17 Uhr | Eintritt: 130 NOK, bis 15 Jahre frei | www.rockheim.no

Das Trondheim der Wikinger

Vitenskapsmuseet

Etwas außerhalb des Zentrums befindet sich an der Erling Skakkes gata in mehreren Gebäuden der Universität Trondheim die **NTNU-Wissenschaftsmuseen** mit einer mineralogischen, botanischen und zoologischen Sammlung, archäologischen Fundstücken sowie einer bedeutenden Bibliothek mit alten Handschriften und eine Ausstellung sakraler Kunst.
Besonders gelungen ist die Ausstellung **Trondheim im Mittelalter** in einem Lagerhaus von 1843. Der Besucher wird mit akustischer Untermalung durch die Stadtgeschichte geführt, von den Wikingern über die Stadtgründung im 10. Jh. durch Olav Tryggvason bis ins 17. Jahrhundert. Das Alltagsleben jener Zeit wird anhand von archäologischen Funden und rekonstruierten Werkstätten und Wohnräumen anschaulich dargestellt. Zu sehen ist auch der Kulisteinen, ein Runenstein mit einer der frühesten Erwähnungen des Christentums in Norwegen.
Elvegata 6 | Di. – Fr. 10 – 17, Sa./So. 11 – 17, sonst bis 16 Uhr | Eintritt: 100/60 NOK | www.ntnu.no/museum

Schöne Aus- und Einblicke

Trøndelag Folkemuseum

Auf einer Anhöhe im Südwesten der Stadt, wo einst die Sverresborg von König Sverre (1177–1202) stand, steht auf einem riesigen Gelände in schöner Aussichtslage das **Volkskundemuseum** mit bäuerlichen Hofstätten des 18. bis 20. Jh.s aus dem Bezirk Trøndelag, der Haltdalen-Stabkirche (12. Jh.) und Bauten aus Trondheims Altstadt.

Mitte Juni – Aug. tgl. 10 – 17, Sept. – Mai Mo. – Fr. 10 – 15, Sa./So. 11 – 15 Uhr | Eintritt: 180 NOK, bis 15 J. frei | www.sverresborg.no

Richtplatz, Festung, beliebtes Ausflugsziel

Munkholmen

Im Trondheimfjord liegt die Insel Munkholmen, stündlich erreichbar mit dem Boot vom Fischmarkt Ravnkloa am Nordende der Munkegata. Bereits unter Olav Tryggvason befand sich hier ein Richtplatz. Auf der Insel ist noch der Rundturm des im 11. Jh. errichteten Benediktinerklosters Nidarosholm zu erkennen, ab 1658 standen hier eine Festung und ein Gefängnis. Die Anlage kann besichtigt werden, daneben gibt es ein Café und für die Sommermonate auch Badeplätze.

www.munkholmen.no

Die Welt der Musik



Ringve Museum

Wenn man vom Zentrum der E 6 Richtung Narvik folgt und nach ca. zwei Kilometer nach links abbiegt (ausgeschildert), gelangt man zum Hof Ringve Gård, wo im 17. Jh. der verwegene Seeheld und Abenteurer Tordenskjold aufgewachsen ist. Seit 1952 dient der von einem wunderbaren botanischen Garten umgebene Hof als **Musikinstrumenten-Museum**. Zu sehen sind authentisch eingerichtete Zimmer im Stil der Zeit der Komponisten Chopin, Grieg, Beethoven und Mozart. Darbietungen durch Museumsführer erwecken die historischen Instrumente zum klangvollen Leben. Sehr attraktiv ist auch das **musikhistorische Museum** auf dem Heuboden mit einer Sammlung von Tasten-, Blas- und Streichinstrumenten aus aller Welt und einer umfassenden Sammlung norwegischer Volksmusikinstrumente. Klangbeispiele diverser Musikrichtungen, von klassischer Musik bis zu Jazz und Pop, unterstreichen die pädagogische Wirkung des Museums.

Lade allé 60 | Juni – Aug. tgl. 10 – 17, sonst Di. – So. 11 – 16 Uhr | Eintritt: 150 NOK, bis 15 Jahre frei | www.ringve.no

Rund um Trondheim

Kupfer aus Norwegen

Løkken Verk

In Løkken Verk lernt man ein Stück Industrie- und Bergbaugeschichte kennen. Dort besucht man im **Industriemuseum Orkla** die alte Kupfererzmine, die Ausstellung über den Bergbau und das Museumsdorf Meldal. Das Erz wurde mit der 1908 eröffneten Thamshavn-Bahn zum Hafen von Bårdshaug transportiert. Bis 1961 bestand auch Personenverkehr, 1974 fuhr der letzte Erzzug, doch seit 1983 ist die Bahn **im Sommer wieder als Museumsbahn** unterwegs.

Museum: Jan. – Mai u. Sept. – Dez. Mo. – Fr. 10 – 15, Sa. 11 – 14; Juni – Aug. Mo. – Fr. 10 – 16, Sa./So. 10 – 18 Uhr | Eintritt: 90/70 NOK https://oi.no

Geheimnisvolle Maskenmänner

Felszeichnungen von Leirfall

Biegt man bei Stjørdal auf die E 14 ein, kommt man bald nach Hegra. Etwa 2,5 km hinter Hegra zweigt links ein ausgeschilderter Weg von der Straße ab. Diesem folgt man bis zum Ende und erreicht so die Felsritzungen von Leirfall. Mit rund 1200 Figuren ist es eines der größten nordeuropäischen Felder mit Felsritzungen aus der Bronzezeit (1500 – 500 v. Chr.). Zu sehen sind Boote, Pferde, Sonnensymbole, aber auch einfache geometrische Figuren. Einzigartig ist eine Gruppe von 13 Menschen, die hintereinander hergehen. Die vorderste Figur und die drei kleinsten Gestalten stellen **»Maskenmänner«** dar, deren Aufgabe es wohl war, das Wachstum der Vegetation zu fördern. Ansonsten können Sie Schiffsfiguren, Sonnenzeichen und eine Gruppe von Reitern entdecken.

Handel der Wikinger mit England

Steinkjer und Umgebung

Steinkjer liegt 125 km nordöstlich von Trondheim an der E 6. Es war schon im Altertum ein wichtiger Handelsplatz, hat aber durch zwei verheerende Brände seine historische Bausubstanz eingebüßt. Am Sagmestervegen nördlich des Flusses Steinkjerelva steht das **Kulturhaus »Dampsaga«**, das aus drei alten Sägewerksgebäuden und einem modernen Anbau zu einem Kulturzentrum umgestaltet wurde.
Weiter nördlich liegt das hübsche **Egge Freilichtmuseum** mit elf alten Bauernhäusern und das Gräberfeld von Eggevammen auf beiden Seiten der E 6, wo Funde von 200 n. Chr. bis in die Wikingerzeit darauf hinweisen, dass hier ein reger Handel mit England und anderen Ländern betrieben wurde.
11 km nordwestlich von Steinkjer zeigen die etwa **400 Felsritzungen von Bardal** Jagdszenen (Menschen, Elche und Rentiere) aus der Steinzeit und Sonnenzeichen aus der Bronzezeit.
Ungefähr 30 km nördlich von Steinkjer (RV 763) nahe dem Südostufer des idyllischen Snåsavatn liegt der Fundort der vielleicht berühmtesten Felsritzung mit Jagdszenen (um 3000 v. Chr.) in Skandinavien: das **»Rentier von Bøla«** in natürlicher Größe.
33 km südlich von Steinkjer liegt das nationale Kulturzentrum **Stiklestad** mit Freilichtmuseum, sommerlichen Festspielen und dem Stiklestad-Hotel auf historischem Gelände. Wo heute der Altar der Stiklestad-Kirche steht, erhielt der Nationalheilige König Olav, alias **Olav Haraldsson** (995 – 1030), am 29. Juli 1030 von seinem Erzfeind Tore Hund den Todesstoß. Olavs Leichnam überführte man später nach Trondheim.

VALDRES

Gebiet: Ostnorwegen

Höfe und grüne Matten prägen das Bild des Valdres-Tals, in dessen Nähe mehrere Stabkirchen locken. Im Hauptort Fagernes zählt das Freilichtmuseum mit seinen vielen historischen Häusern aus der Region zu den herausragenden Sehenswürdigkeiten.

E 6

Fruchtbares Tal

Die fruchtbare Landschaft Valdres im Süden Norwegens erstreckt sich zu beiden Seiten des Flusses Begna. Er kommt aus dem südlichen Jotunheimen und mündet bei Hønefoss in den See Tyrifjord.



Wohin im Valdres-Tal?

Die bekannteste Glashütte im Land

Hadeland Glassverk

Etwa 23 km nordöstlich von Hønefoss arbeitet in Jevnaker am südlichen Ende des Randsfjords die bekannteste Glashütte Norwegens. Hadeland Glassverk wurde bereits 1762 gegründet und ist somit der älteste Industriebetrieb des Landes. Hier kann man den Glasbläsern bei der Arbeit zusehen, Glasprodukte erwerben und in den Ausstellungslokalen eine Reise durch Geschichte und Design unternehmen.
Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 10 – 18, Mitte Aug – Ende Okt Mo. – Sa. 10 – 16, So. 11 – 17 Uhr | www.hadeland.com

Eine Wiederentdeckung

Hedalen stavkirke

Nördlich von Hønefoss, talaufwärts, zieht die E 16 am Ostufer des Sperillensees entlang. Vorbei am Kirchdorf **Nes** am nördlichen Ende des Sperillensees, unweit der Einmündung der Begna, zweigt die RV 243 nach Hedalen ab (25 km), wo die älteste Stabkirche in Valdres steht (nicht zu verwechseln mit der Heddal-Stabkirche, ▶ S. 178). Im 12. Jh. errichtet, wurde sie 1738 zur Kreuzkirche umgebaut und 1901 restauriert. Das **Bärenfell** in der Kirche erinnert an die Wiederentdeckung um 1500, als zwei Jäger einen Bären verfolgt und ihn dann in der Kirche erlegt haben sollen. Zuvor hatte die Kirche nach einer Pestepidemie 150 Jahre lang leer gestanden. Zur **wertvollen Innenausstattung** gehören eine Madonna und ein mittelalterlicher Reliquienschrein.

Stabkirche mit schöner Aussicht

Bagn

Die E 16 folgt der Begna durch eine bewaldete Landschaft nach Bagn, einem langgestreckten Ort. Sehenswert ist die kreuzförmige Holzkirche aus dem 18. Jahrhundert. Bei Bagn zweigt eine Nebenstraße zur kleinen **Stabkirche von Reinli** (12. Jh.) ab. Die Aussicht von dort ist traumhaft!

VALDRES ERLEBEN



VALDRES DESTINASJON
Jernbanevegen 7
2900 Fagernes
Tel. 61 35 94 10
www.valdres.com



Dem **Rakfisk**, der fermentierten Forelle, ist im November ein eigenes Festival gewidmet, bei dem diese lokale Spezialität in großen Mengen verzehrt wird. Dazu werden Konzerte und andere kulturelle Events veranstaltet (www.rakfisk.no).



DANEBU KONGSGAARD €€€€
Von diesem historischen Hof mit Panoramasicht, in dem schon Royals übernachtet haben, ist es ganz nah zu den sportlichen Betätigungsmöglichkeiten. Traditionelle norwegische Küche.
Danebuvegen 625, Aurdal
Tel. 61 35 76 00
www.danebu.no

FAGERNES CAMPING €€
Nicht nur für Camper: Auf diesem Platz in zentraler und sehr schöner Lage am See werden auch einfache und preisgünstige Hütten vermietet.
Im Zentrum
Tel. 61 36 05 10
www.fagernescamping.no

Zwischen bewaldeten Bergen ...

Fagernes

... an der Mündung des Neselv, der hier schöne Wasserfälle bildet und in den See Strandefjord mündet, liegt Fagernes, ein auch bei Sportanglern beliebte Ort. In Fagernes sollte man auf der Halbinsel Storøya das **volkskundliche Freilichtmuseum** mit zahlreichen alten Bauerngehöften aus dem Valdres, die mit zeitgenössischem Hausrat, Textilien, Musikinstrumenten und Jagdwaffen eingerichtet sind, besuchen. Bei Fagernes führt die RV 51 nordwärts ins berühmte ▶ Jotunheimen-Gebirge.
Freilichtmuseum: Juli – Aug. tgl. 11 – 17, sonst Di. – So. 11 – 16 Uhr | Eintritt: 120/60 NOK | www.valdresmusea.no

»Goses Söhne errichteten diesen Stein ...«

Lomen, Vang

Auf dem Weg zum See **Vangsmjøsa** liegt an der E 16 Lomen mit einer Stabkirche aus dem 13. Jahrhundert. Vang erstreckt sich am Südufer des 19 km langen Sees. Hier lohnt die Kirche einen Besuch. Vang besaß einst eine Stabkirche, die 1841 nach Brückenberg in Schlesien übertragen wurde und an deren Stelle heute eine weiße Holzkirche steht. Der Runenstein davor trägt die Inschrift: »Goses Söhne errichteten diesen Stein für Gunnar, ihren Brudersohn.«

VARANGER-HALBINSEL

Gebiet: Nordnorwegen



Arktische Stürme pfeifen über die Halbinsel Varanger, die sich baumlos und mit nur wenig Grün präsentiert. Alte Handelsbeziehungen zwischen Norwegern, Samen und Russen sind auch heute lebendig, sie werden jährlich im Juli mit diversen Veranstaltungen und Attraktionen gefeiert. Station machen kann man hier in Vadsø, dem Verwaltungszentrum der Finnmark, oder in Vardø, wo die nördlichste Festung der Welt steht.

Unwirtliche Halbinsel

Jahrhundertelang betrieben Russen, Norweger und Samen entlang der Küste der **Barentsee** einen regen Handel, der erst mit der russischen Revolution ein Ende nahm. Dieser **»Pomorhandel«** – Pomor leitet sich vom russischen Begriff für Küstenbewohner ab – steht für den Austausch von Fisch, Getreide und Holz zwischen Nordnorwegern und Russen aus der Weißmeerregion. Seit dem Ende der Sowjetunion sind auch die alten Handelsbeziehungen im hohen Norden wieder lebendig – und werden im Juli auf der Varanger-Halbinsel bei den Pomorhandel-Tagen mit einer Vielzahl kultureller Veranstaltungen und Attraktionen gefeiert.
Zwischen Tanafjord und Varangerfjord ragt die Halbinsel in die Barentssee. Die Landschaft ist arktisch karg und baumlos, das Klima zwischen dem 70. und 71. Breitengrad unwirtlich. Ihr Inneres ist menschenleer, nur entlang der Küste gibt es mit Berlevåg, Båtsfjord, Vardø, Vadsø und Varangerbotn einige kleine Orte, die seit jeher in erster Linie vom Fischfang leben. Da es nur wenige Straßen gibt, sind bis heute die Schiffe der Hurtigruten eine wichtige Lebensader.

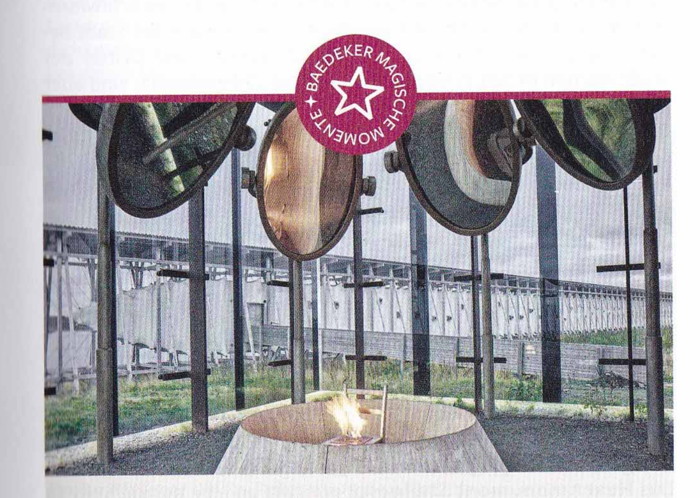
Wohin auf der Varanger-Halbinsel?

»Finnische Hauptstadt Norwegens«

Vadsø

Vadsø (4700 Einw.), von den Deutschen im Zweiten Weltkrieg zur Festung ausgebaut und bei Kämpfen mit der Sowjetarmee fast vollständig zerstört, ist das **Verwaltungszentrum der Finnmark**. Im 19. Jh. wanderten hier so viele Finnen ein, dass der Ort auch »finnische Hauptstadt Norwegens« genannt wurde. So treffen sich im Grenzland die norwegische, finnische, samische und russische Kultur.
Von Vadsø aus starteten 1926 die Expeditionen von **Umberto Nobile** und des Südpolbezwingers **Roald Amundsen**, die mit ihrem Luftschiff »Norge« den Nordpol überquerten. Zwei Jahre später begab sich Nobile mit der »Italia« wieder auf Nordpolfahrt. Als er nicht mehr zurückkehrte, machte sich Amundsen mit seinem Flugboot auf die Suche, verunglückte aber dabei in der Nähe der Bäreninsel und blieb verschollen. Der Ankermast der beiden Luftschiffe, der auf der Insel Vadsøya steht, erinnert an diese Tragödie. Die beiden Türme der **»Eismeerkirche«** (1958).des Architekten Magnus Poulsson sollen Eisberge symbolisieren.
Sehenswert ist vor allem das **Vadsø-Museum** mit dem Tuomainenhof, der in erster Linie der Geschichte der finnischen Einwanderer gewidmet ist, und dem dänisch-norwegischen Patrizierhaus Esbensengården, einem Handelshaus von 1850, dem einzigen Gebäude dieser Art im Verwaltungsbezirk Finnmark.
Hvistendahlsgate 31 | Mitte Juni – Mitte Aug. tgl. 10 – 17 Uhr | Eintritt: 100 NOK, bis 16 Jahre frei | www.varangermuseum.no

BAEDEKER MAGISCHE MOMENTE



HEXENGEDENKEN

Im Zentrum steht ein Stuhl, aus dem eine Gasflamme lodert, umgeben von sieben ovalen Spiegeln, die das Licht des Feuers reflektieren und vervielfachen. Ist es hier auch passiert? Das Mahnmal im kleinen Küstenort Vardø erinnert auf eindringliche Weise an die düstere Zeit in Nordnorwegen, als 91 Menschen während der Hexenverfolgung in der Finnmark den grausamen Tod auf dem Scheiterhaufen fanden. Auch solche schaurig-magischen Momente sollte man mitnehmen (▶ S. 366)

Idyllische Fischersiedlung

Ekkerøy

Ca. 14 km östlich von Vadsø liegt Ekkerøy mit einem Frauengrab aus der Wikingerzeit. Auf dem Vogelberg Flåget bekommt man die arktischen Meeresvogelarten Alk, Lumme und Dreizehenmöwe zu sehen.

Gedenken an die Opfer der Hexenprozesse



Vardø

Als einer der östlichsten Orte Norwegens liegt Vardø direkt an der Eismeerküste auf einer Insel, die mit dem Festland durch einen drei Kilometer langen Unterwassertunnel verbunden ist. Ins russische Murmansk sind es Luftlinie 175 km. Bis zur Oktoberrevolution 1917 florierte der Pomorhandel mit der Halbinsel Kola. Während des Kalten Kriegs besaß Vardø große Bedeutung für das Frühwarnsystem der NATO, doch die Kuppeln, die die Szenerie der Stadt beherrschen, dienen heute auch zivilen Zwecken. Zwei Drittel der Stadt wurden in den Kriegsjahren 1942 bis 1944 zerstört, sind aber inzwischen modern wiederaufgebaut.

Die **Festung Vardøhus**, die nördlichste der Welt, wurde bereits im 14. Jh. angelegt und vom dänischen König Christian 1734 bis 1738 in achtstrahliger Sternform umgebaut. Sie ist heute Marineschule und neben der Festung Akershus in ▶ Oslo die einzige, die einen eigenen Kommandanten besitzt. Wenn nach der langen Winterdunkelheit etwa am 22. Januar die Sonne wieder am Horizont erscheint, werden zwei Schüsse Salut abgefeuert und die Kinder bekommen schulfrei.

Das **Vardøhus-Museum** mit der einzigen erhaltenen Hafenanlage in der Finnmark stammt aus der Zeit vor dem Zweiten Weltkrieg. Die umhegteste Bäume ganz Norwegens sind sicherlich die drei Vogelbeerbäume in der Festung, die die Soldaten im Oktober ein- und im April wieder auspacken. Vor der Festung steht ein Denkmal für König Håkon VII. (reg. 1905 – 1957).

Das **Hexenmonument Steilneset** erinnert an eine dunkle Seite in der Geschichte Nordnorwegens. Es gedenkt der 91 Menschen, die hier im 17. Jh. als Hexen angeklagt und verbrannt wurden. Das Monument ist ein gemeinsames Projekt des Schweizer Architekten Peter Zumthor, der den Kubus entwarf, und der 2010 verstorbenen französisch-amerikanischen Künstlerin Louise Bourgeois, von der die Installation darin stammt. In einem zweiten, 125 m langen Gebäude, das einem aufgebockten Kajak unter einem Fischtrockengestell gleicht und nur von Glühbirnen und kleinen Fenstern beleuchtet wird, stellen Texttafeln jedes einzelne Opfer der Hexenprozesse vor. Das Denkmal ist Bestandteil der Norwegischen Landschaftsroute Varanger, die über 154 km an der Küste der Barentssee entlang von Gornitak nach Hamningberg führt.

Vardøhus-Museum: Mitte April – Mitte Sept. 10 – 21, sonst 10 – 18 Uhr | www.varangermuseum.no

VARANGER ERLEBEN



VISIT VARANGER
Brugata 2, 9800 Vadsø
Tel. 45 00 18 75
www.varanger.com

ANREISE
Vadsø und Vardø werden tgl. von den Postschiffen der **Hurtigruten** angelaufen. Vom Svartnes-Flughafen, vier Kilometer außerhalb von Vardø, gehen Flüge nach Kirkenes und Båtsfjord. Zudem bestehen tägliche Busverbindungen mit der übrigen Finnmark.



In Vadsø wird Mitte August das **Varanger-Jazzfestival** veranstaltet, das größte im hohen Norden (www.varangerfestivalen.no).

MITTERNACHTSSONNE
16. Mai – 29. Juli
Polarnacht: 23. Nov. – 21. Jan.



NORDPOL KRO €-€€
Nordnorwegens ältestes Gasthaus liegt in der Nähe des Kais. Äußerlich recht unscheinbar, ist es ein stimmungsvoll eingerichteter Pub mit viel Lokalkolorit. Hier bekommen Sie Pizza und kleine Gerichte, dazu Mack-Bier. Über die Stadtgrenzen hinaus bekannt sind die Live-Konzerte.
Kaigate 21, Vardø
Tel. 78 98 75 01
www.nordpolkro.no



SCANDIC VADSØ €€€
Das Scandic Vadsø ist ein freundliches Hotel mit hellen, modern eingerichteten Zimmern und einem guten Restaurant.
Oscarsgate 4, Vadsø
Tel. 78 95 57 00
www.scandichotels.no

Begehrte Vogelfelsen

Hornøya

Norwegens östlichster Punkt liegt auf der Insel Hornøya, vor der Stadt Vardø. Die 900 x 650 m große Insel liegt mit 31° 10' östlicher Breite östlicher als St. Petersburg oder Istanbul.

Auf Hornøya steht ein Leuchtturm mit einfachen Übernachtungsmöglichkeiten im Leuchtturmwärterhäuschen, die von Biologen genutzt werden. Denn die größte Attraktion sind die **Vogelfelsen** an der steilen Westküste, die zu den größten Nordnorwegens zählen und auf denen bis zu 80 000 Seevögel brüten. Darunter sind auch 500 Brutpaare Dickschnabellummen, die sonst fast nur auf den Vogelfelsen der Bäreninsel, auf ▶ Spitzbergen sowie in weiteren Regionen der Hocharktis zu finden sind. In der Ostfinnmark lebt auf Hornøya die größte Kolonie. Ornithologen und Naturfotografen aus ganz Europa kommen deshalb regelmäßig auf die Insel. Im Sommer starten mehrmals täglich Ausflugsboote von Vardø zu den Vogelfelsen. Im Meer vor der Insel tummeln sich Seehunde, Orcas, Buckel- und Zwergwale.

www.hornoya.com

VESTERÅLEN

Gebiet: Nordnorwegen



Etwas zu Unrecht stehen die Vesteralen im Schatten ihrer berühmten Schwestern, den Lofoten. Während jene wegen ihrer wild gezackten Berge schroff und unwirtlich wirken, sind die Berge auf den Vesterålen in der Regel sanfter, einladender. Und doch ist die Inselgruppe so abwechslungsreich, dass hier fast alle norwegischen Landschaftstypen zu finden sind. Dazu bietet ein Abstecher nach Andenes die gelegenheit zu einer Walsafari.



Vom sommerlichen Touristenansturm, der die ► Lofoten alljährlich zuverlässig überschwemmt, merkt man auf den Vesterålen kaum etwas. Außerhalb von Andenes, das viele Besucher wegen der Walsafaris verzeichnet, ist man an den Stränden und erst recht im Innern der Inseln meist allein. Der Archipel besteht aus den Inseln Andøy, Langøy, Hadseløy und Skogsøy, außerdem dem westlichen Teil von Hinnøy sowie dem nördlichen Teil von Austvågøy.

Wohin auf den Vesterålen?

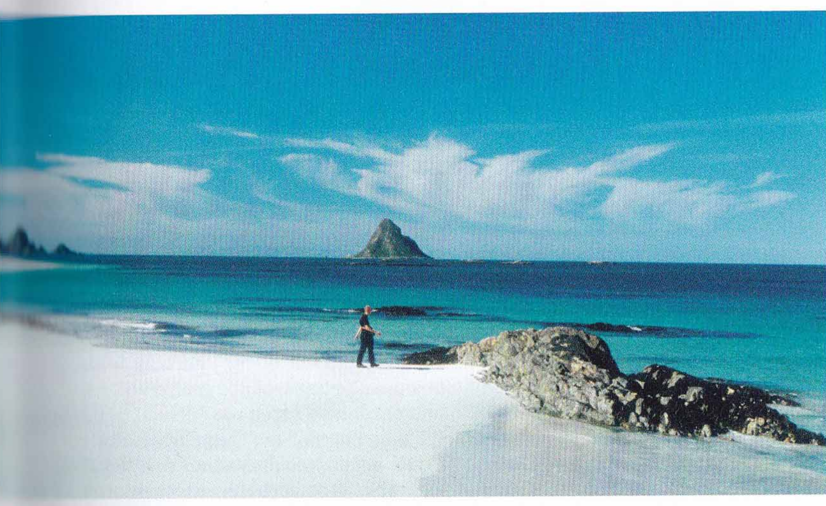
Hinnøya

Die weit verzweigte Insel Hinnøya ist nach Spitzbergen die zweitgrößte Insel Norwegens. Der Hauptinselort ist ►Harstad. Westlich davon führt direkt am Wasser entlang der »Mitternachtssonnenweg« . Im Süden der Insel thront der 1266 m hohe **Møysalen**, der höchste Gipfel der Vesterålen, mit einem lohnenden Panorama über die Vesterålen und die Lofoten bis hin zu den Bergen Richtung Schweden. Von Lødingen im Süden der Insel (RV 85) kann man mit der Fähre nach Bognes (E 6) übersetzen.

Wale und Weltall

Andøya

Mitten auf einem kargen Felsen direkt am Sund besucht man beim Leuchtturm des alten Handelsort **Risøyhamn** das Andøymuseum, das sich mit der Polarregion und dem Trapperwesen beschäftigt.
An der Nordspitze der Insel liegt der Fischerort **Andenes** mit einer 2,5 km langen Mole. Alles über Wale erfährt man entweder live bei den **Walfsafaris**, bei denen man mit sehr hoher Wahrscheinlichkeit Pottwale sehen kann (Baedeker Wissen, ► S. 370), oder im Walzentrum. In ganz andere Sphären entführt Andøya Space mit Raumfahrtausstellungen und virtuellem Trip zum Mars.
www.visitandoy.info
Andøymuseum: www.museumnord.no | **Walzentrum:** www.whalesafari.no | **Andøya Space:** https://spaceship-aurora.andoyaspace.no



Auf Andøya wähnt man sich fast an karibischen Traumstränden – wenn es nur nicht so frisch wäre ...

Paradies für Seeadler

Bleik

Vom Fischerdorf Bleik 10 km südlich von Andenes starten Bootstouren zur ein paar Kilometer vor der Küste liegenden, zuckerhutförmigen Vogelinsel **Bleiksøya**. Dort leben Papageitaucher, Trottellummen, Krähenscharben, Dreizehenmöwen und Seeadler. Die Vesterålen haben die größten Seeadlerbestände Nordeuropas. Der Greifvogel findet hier noch reichlich Nahrung,
www.puffinsafari.no

Schriftsteller auf Außenposten

Langøya

Langøya macht mit seinen vielen Halbinseln und Fjorden den größten Teil der westlichen Vesterålen aus. In **Sortland** Anlegestelle der Hurtigruten, berichtet das Sortland Museum von der gefährdeten See und vom Kampf der Arbeiter auf den Inseln. Ca. 20 km westlich ragt die atemberaubende Felsnadel des Reka-Gipfels in den Himmel.
Bei **Nykvåg** direkt am offenen Meer im Westen lebt auf den Felsen Fuglenyken und Måsnykas eine der größten Vogelkolonien Nordeuropas, darunter auch Seeadler. Für Badelustige ist der 800 m lange Sandstrand von Fjærvoll (südlich von Føre) interessant. Der Schriftsteller **Knut Hamsun** (► Interessante Menschen) war in dieser Gegend zwei Jahre lang Polizeihelfer, versuchte sein Glück aber auch als Lehrer und Geschichtenerzähler. In **Alsvåg** kann man das 450 Jahre alte Bauernhaus Alsvåggården besuchen (Øksnes Museum).
Museen: www.museumnord.no

WALSAFARI STATT WALFANG



Seit Urzeiten gehört der Walfang zur wirtschaftlichen Grundlage des Landes. Nachdem die Bestände aller Großwalarten dramatisch dezimiert worden waren, verhängte die Internationale Walfangkommission 1986 ein Verbot des Walfangs und des Exports von Walfleisch. Norwegen hält sich nicht daran und geht noch immer auf Waljagd. Walsafari statt Walfang heißt es aber vor der Küste der Vesterålen, wo ehemalige Walfänger Touristen au Fotosafaris zu den Pottwalen bringen.

Norwegen schießt quer

Als die norwegische Regierung 1993 den Beschluss fasste, die Jagd auf jährlich bis zu 800 Zwergwale wieder zuzulassen – auch wenn die tatsächlichen Fangquoten darunter liegen –, ging ein Ruck der Empörung durch die internationale Tierschützergemeinschaft. Ausländische Firmen antworteten mit dem Boykott norwegischer Produkte; europäische Politiker sahen die Beitrittsverhandlungen zur EU gefährdet. Die norwegische Regierung stellte klar: Es gehe beim Walfang nicht nur um wirtschaftliche Interessen, sondern auch um das Prinzip, seine Meeresressourcen eigenständig und verantwortungsvoll verwalten zu dürfen. Die **Internationale Walfangkommission (IWC)** hatte noch 1993 das Verbot für kommerziellen Walfang bekräftigt. Lediglich für Forschungszwecke darf eine begrenzte Zahl von Walen gejagt werden – wobei auch das Auslegungssache ist wie Japan zeigt ...

Norwegen, das als einziges Land nicht an die Beschlüsse des IWC gebunden ist, weil es ein Veto gegen das Fangverbot erhoben hatte, kehrte zum Walfang zurück mit der Begründung, dass die Zwergwalbestände nicht gefährdet seien, da es weltweit etwa 750 000 Tiere dieser Art gebe. Die Abschusszahlen lägen deutlich unter der Reproduktionsrate. Die Jagd auf die größeren und selteneren Arten wie Pottwal, Blauwal, Finnwal und Buckelwal bleibt in Norwegen, wie überall auf der Welt, weiterhin strikt verboten.
Jahrelang ist die Nachfrage nach Walfleisch gesunken, und die festgelegten Fanquoten wurden nicht mehr ausgeschöpft. Deshalb war die Hoffnung der Tierschützer groß, dass sich Norwegens Walfang aus wirtschaftlichen Gründen bald erledigen würde. Doch die Regierung in Oslo blieb ihrer Linie treu und blieb 2021 bei der **Fangquote von 1278 Zwergwalen**. Gelockerte Bestimmungen und eine Marketingkampagne haben während der Corona-Pandemie zu einer Trendwende geführt: Der Absatz von norwegischem Walfleisch steigt wieder.

Friedlich und völlig unblutig ...

... geht es hingegen auf einer **Walsafari** zu. Vor der Küste der Vesterålen können Sie auf einem ehemaligen Walfänger die majestätischen Meeressäuger beobachten. Wer kein Glück hat und keinen Wal zu sehen bekommt, darf kostenlos an einer weiteren Tour teilnehmen – doch das kommt fast nie vor. Die Fahrt geht zum Kontinentalsockel vor der Küste. Wenn ein steifer Wind weht, fängt das kleine Boot schon beim Auslaufen aus dem Hafen von Andenes an zu schaukeln. Schnell teilen sich die Passagiere in drei Gruppen: Einigen geht es so schlecht, dass sie, trotz der Tabletten gegen Seekrankheit, jegliches Interesse an Walen verloren haben, andere klammern sich verbissen an der Reling fest und hoffen auf ein paar schnelle Schnappschüsse und eine baldige Rückkehr in den ruhigen Hafen. Der Rest fühlt sich rundum wohl, genießt die Fahrt in vollen Zügen und verlangt nach dem Lunch.
Nach einigen Seemeilen erreicht das Schiff den Kontinentalsockel, wo die Pottwale sich gern aufhalten, denn hier finden sie ihre Lieblingsspeise: Tintenfisch in Hülle und Fülle. Mittlerweile ist auch der Ausguck besetzt. Plötzlich erschallt von dort der Ruf **»Kval!«**: Ein Pottwal, wie die Experten sofort erkennen, hat sich durch seinen hoch aufschießenden **»Blas«** aus dem Atemloch verraten. Die meisten erkennen den nur wenige Zentimeter aus dem Wasser ragenden, glänzenden Rücken des Pottwals allerdings erst aus der Nähe. Alle hantieren aufgeregt mit ihren Kameras, plötzlich ist es dann soweit, die riesige Schwanzflosse taucht aus dem Wasser auf, steht für eine Sekunde senkrecht in der Luft und verschwindet dann wieder in den Fluten. Auf diesen kurzen Augenblick haben, das steht fest, alle an Bord gewartet.
Info und Buchung: www.whalesafari.no

Auf einer Walsafari kommen Sie den Meeressäugern auf ganz friedvolle Weise näher.



VESTERÅLEN ERLEBEN



TURISTINFORMASJON VESTERÅLEN
Rådhusgata 11, 8400 Sortland
Tel. 76 11 14 80
www.visitvesteralen.com

ANREISE
Die Vesterålen sind über Brücken und Tunnel vom Festland aus mit dem Auto zu erreichen. Die Schiffe der **Hurtigruten** laufen Stokmarknes, Sortland, Risøyhamn und Harstad an. Im Sommer verbindet eine Fähre Andenes mit Gryllefjord auf Senja.



Im Juli findet in Melbu auf Hadseløya jährlich das **internationale Kulturfestival** mit Konzerten und Theateraufführungen statt (www.sommermelbu.no).

MITTERNACHTSSONNE
16. Mai – 29. Juli
Polarnacht: 23. Nov. – 21. Jan.

WALSAFARI
▶ Baedeker Wissen S. 370



SORTLAND HOTELL €€€-€€€€
Im Sortland Hotell hat Knut Hamsun 1911/1912 »Die letzte Freude« geschrieben. Im Foyer wird an ihn erinnert. Seitdem wurde gründlich modernisiert, einige Räume wurden von der Norwegischen Akademie für Innendekor gestaltet. Das Restaurant hat sich mit nordnorwegischer Küche einen Namen gemacht.
Vesterålsgaten 59, Sortland
Tel. 76 10 84 00
www.sortlandhotell.no

KVITNES GÅRD €€€€
Im kleinen Restaurant werden nur Produkte lokaler Erzeuger serviert. Jeden Tag gibt es wechselnde Menüs. Die neun schönen Doppelzimmer (ohne TV!) sind unterschiedlich eingerichtet.
Møysalveien 2659, Kvitnes
Tel. 46 90 80 05
www.kvitnes.com

RESTAURANT BØLGEN €€-€€€
Gegenüber dem Hurtigruten-Anleger und dem Hurtigruten-Museum steht das renovierte Vesterålen Kysthotell mit zwei Restaurants. Fleisch und Fisch stammen von lokalen Produzenten, die Küche ist regionaltypisch.
Stokmarknes
Tel. 76 15 29 99
www.vesteralenkysthotell.no

HOLMVIK STUA €€
Täglich wechselndes Angebot an Gulasch: Mal ist es vom Lamm, mal vom Ren-, aber auch Wal- und Fischgulaschs werden angeboten. Im historischen Gästehaus kann man auch übernachten.
Holmvik Brygge, Nyksund
Tel. 76 13 47 96
www.nyksund.com

Unvergessliche Fjordfahrt

Hadseløya

Stokmarknes auf der Insel Hadseløya ist Ausgangspunkt für Schiffstouren in den Trollfjord auf den ▶ Lofoten, eine der schönsten Fjordfahrten Norwegens. An den Gründer der Hurtigruten Kapitän Richard With (▶ Das ist Norwegen, S. 22) erinnert das **Hurtigruten-Museum**, wo seit 2021 die 1956 gebaute und 1999 außer Dienst gestellte »MS Finnmarken« in einem eigenen, spektakulären Gebäude unter Glas präsentiert wird. Der Bau erhielt im Oktober 2021 den International Steel Design Award. Sehenswert ist auch die Hadsel-Kirche von 1824 südlich des Zentrums mit einer Altartafel von ca. 1500.
Im Süden der Insel liegt im Hafen **Melbu** eine große Trawlerflotte. Sehenswert sind der Melbu Hovedgård (1830) mit einem schönen Vorratshaus (»Stabbur«) der 200 Jahre alte Rødgården (Sommerausstellungen), die als Kulturdenkmal geschützte, 1910 erbaute Fabrik für Heringsöl uund das Anwesen des Industriellen Christian Frederiksen. Vom **Husbykollen** (513 m) hat man eine prächtige Aussicht auf die Inseln. Von der Straße, die von Melbu entlang der Westküste zurück nach Stokmarknes führt, bietet sich ein schöner Blick auf Meer und Inseln. Bei Taen erstreckt sich ein herrlicher **Sandstrand,** an dem man baden und die Mitternachtssonne erleben kann.
Hurtigruten-Museum: Sommer tgl. 10 – 17 Uhr, sonst kürzer | Eintritt: 225/150 NOK | www.museumnord.no

VOSS

Gebiet: Westnorwegen | **Einwohnerzahl:** 15 900

Direkt am Ufer des Vangsvatn und umgeben von hohen Bergen könnte die Lage von Voss nicht schöner sein. Die nüchterne Architektur ist den Zerstörungen im Zweiten Weltkrieg geschuldet, wie schön der Ort einst war, lässt nur noch die prächtig verzierte und mit Türmchen geschmückte Holzfassade des Fleischer's Hotel von 1889 erahnen.



In Voss und Umgebung kommen vor allem Outdoorfans auf ihre Kosten. Es gibt wohl kaum eine Sportart, die hier nicht angeboten wird. Im Sommer kann man Fitness und Mut beim Kajakfahren, Rafting, Mountainbiking, Fallschirmspringen, Paragliding, Riverboarding, Canyoning oder Wasserfall-Abseilen testen, im Winter bieten Loipen und Pisten jede Menge Betätigungsmöglichkeiten. Wer es ruhiger angehen lassen möchte, nimmt oberhalb vom Bahnhof die Seilbahn auf den ca. 700 m hohen Berg Hangursnolten und genießt bei einer Tasse Kaffee die grandiose Aussicht.

Mekka für Outdoorfans

VOSS ERLEBEN



VOSS TURISTINFORMASJON
Evangervegen 3, 5704 Voss
Tel. 40 61 77 00
www.visitvoss.no



Über Wildwasser- und Meerespaddeln, Rafting, Reiten mit Fjordpferden, Angeln und Skifahren informiert die Turistinformasjon Voss.
Bavallen, nordwestlich von Voss, besitzt eines der **besten alpinen Skizentren Norwegens** (Kabinenbahn) mit Möglichkeiten für Langlauf, Alpinski, Biathlon und Trickski.



RINGHEIM KAFE €
Baguette, Pizza, Pasta, Suppe, typisch norwegisches Smørebrød und hausgemachter Kuchen – hier gehen Sie satt und selig wieder raus.
Vangsgata 32
Tel. 56 51 13 65
www.ringheimkafe.no



FLEISCHER'S HOTEL €€€€
Die Belle-Époque-Fassade aus dem Jahr 1889 hat durch den Neubauflügel an Schönheit verloren, dennoch ist das Hotel im Schweizerstil das Schmuckstück des Ortes, das wunderbar nostalgisch eingerichtete Zimmer und ausgezeichnete Küche bietet.
Evangerveien 13
Tel. 56 52 05 00
www.fleischers.no

Voss ist aber nicht nur Outdoormekka, sondern auch ein hervorragender Ausgangspunkt für Ausflüge zum ▶Sognefjord und zum ▶Hardangerfjord. Zudem machen hier auch fast alle Veranstalter von »Norway in a Nutshell« Station.

Wohin in Voss und Umgebung?

Mit dem ältesten profanen Holzhaus Norwegens

Voss Eines der wenigen Bauwerke, die den deutschen Bombenangriff von 1940 unbeschadet überstanden haben, ist die frühgotische **Vangskirche** von 1277 im Zentrum von Voss. Im 17. Jh. wurde der einst spätgotische Altarschrank in eine barocke, mit einem Gemälde des Bergener Rubensschülers Elias Figenschoug dekorierte Altartafel umgebaut. Die Leuchtkrone im Chor von 1614 stammt aus Holland. Zum Gedenken an die Zeit der Christianisierung im 11. Jh. wurde südöstlich der Kirche das steinerne Olavskreuz errichtet. Westlich

Der Sognefjord spaltet sich im Westen in eine Reihe schmaler Arme auf wie den Nærøyfjord bei Voss, den steil aufragende Felswände umgeben.

vom Bahnhof steht im Finnesveien (15 Min. zu Fuß vom Zentrum) das älteste profane Holzhaus Norwegens, die um 1250 errichtete Gildenhalle **Finnesloftet**.
Nördlich vom Bahnhof befindet sich in herrlicher Aussichtslage das **Freilichtmuseum**. Die 16 Holzbauten des Mølsterhofes aus dem 17. bis 19. Jh. spiegeln die traditionelle Baukunst und Lebensweise der Menschen im Fjordgebiet wider.
Voss Folkemuseum: Juni – Aug. tgl. 11 - 16, sonst Mo. - Fr. 10 - 15, So. 12 - 15 Uhr | Eintritt: 110 NOK | www.vossfolkemuseum.no

Ausflug zum Mond

Gudvangen

Bei Vinje gelangt man über die E 16 zum **Nærøyfjord** (▶Sognefjord, Umgebung), einem südlichen Arm des Sognefjords. Zwischen Voss und dem am südllichen Ende des Nærøyfjords gelegenen Gudvangen verkehren auch Busse.
Eine Besichtigung der **Magiske kvite Grottene**, der Magischen Weißen Höhlen, eines Grottensystems bei Gudvangen, wird mit Lightshow und klassischer Musik zum wahrlich magischen Erlebnis. Den Anorthosit, aus dem der Berg besteht, gibt es sonst tatsächlich nur auf dem Mond.
Magiske kvite Grottene: Führungen für Gruppen tgl. Juni – Aug. | Tickets unter Tel. 480 75 55 55 | www.gudvangen.com

Spektakulärste Bahnstrecke Norwegens



Flåmbahn

Östlich vom Nærøyfjord erstreckt sich der **Aurlandsfjord**, ein weiterer Arm des ▶Sognefjords. Der ca. 1,5 km breite Gebirgsspalt ist von 900 – 1200 m hoch aufragenden Felswänden flankiert.
Am Südende des Aurlandsfjords liegt der Touristenort **Flåm** am Ausgang des Flåmdal. Hier endet die **Flåmbahn**, eine Zweigstrecke der Bergenbahn, die zur Bahnstation Myrdal östlich von Voss führt. Die Flåmbahn ist die wohl spektakulärste Bahnstrecke Norwegens und gilt als die steilste Eisenbahnstrecke der Welt auf Normalspur, die ohne Zahnräder überwunden wird. Während der 50-minütigen Fahrt von Flåm nach Myrdal (Anschluss zur Bergenbahn) überwindet sie einen Höhenunterschied von 864 m auf einer Distanz von nur 20 km. Der Bau der Flåmbahn begann im Jahr 1923 und wurde mit der Elektrifizierung 1944 abgeschlossen. Für die Ingenieure war es damals eine enorme Herausforderung, die Gleise im engen Flåmtal, das von steilen Bergen eingerahmt ist, zu verlegen. Fast alle Tunnel wurden von Hand durch das Gebirge getrieben, jeder Meter bedeutete für die Wanderarbeiter, die sogenannten Rallare, einen Monat harter Arbeit. Um lawinengefährdete Gebiete zu umgehen, muss der Zug drei Mal den Fluss überqueren, und als es gar nicht mehr weiterzugehen schien, beschlossen die Ingenieure, einen Wendetunnel zu bauen, der in Schleifen und auf mehreren Ebenen in den Berg hinein- und wieder hinausführt. Nach diesen Schwierigkeiten haben die Eisenbahnbauer nie wieder versucht, eine Bahnlinie im Fjordland zu bauen. Ursprünglich sollte die Flåmbahn den Warentransport von der Bergenbahn zum Sognefjord erleichtern, heute ist sie eine Touristenattraktion ersten Ranges. An den schönsten Aussichtspunkten fährt der Zug besonders langsam, am Vatnahalsen, wo man das ganze Flåmtal mit den auch im Sommer schneebedeckten Bergen überblickt, legt er sogar einen Fotostopp ein.
Im Sommer verkehrt die Bahn acht Mal, sonst vier- bis sechsmal tgl. | Retourticket 630/315 NOK | Fahrplan: www.norwaysbest.com/flamsbana

Die kleinste noch genutzte Kirche Skandinaviens

Undredal

Von Flåm aus lohnt sich ein Abstecher zum winzigen Örtchen Undredal mit der kleinsten, immer noch in Gebrauch befindlichen Kirche Skandinaviens. Die um 1147 errichtete und um 1700 umgebaute **Stabkirche** ist nur 3,7 m breit und hat 40 Sitzplätze. Undredal liegt nur wenige Kilometer von **Aurlandsvangen** entfernt, dem Verwaltungszentrum des Gemeindegebiets Aurland.
Vor allem aber wird in Undredal ein vorzüglicher **Ziegenkäse** hergestellt, der 2001 sogar als bester Käse Norwegens ausgezeichnet wurde und dem alle zwei Jahre ein eigenes Festival gewidmet wird. Auch in **Vik**, nördlich von Voss am Südufer des Sognefjords gelegen, wird für den dort hergestellten alten Käse (Gamalost) im Juni ein Festival ausgerichtet.

Eingeschlossen von gewaltigen Felswänden

Skjervedal

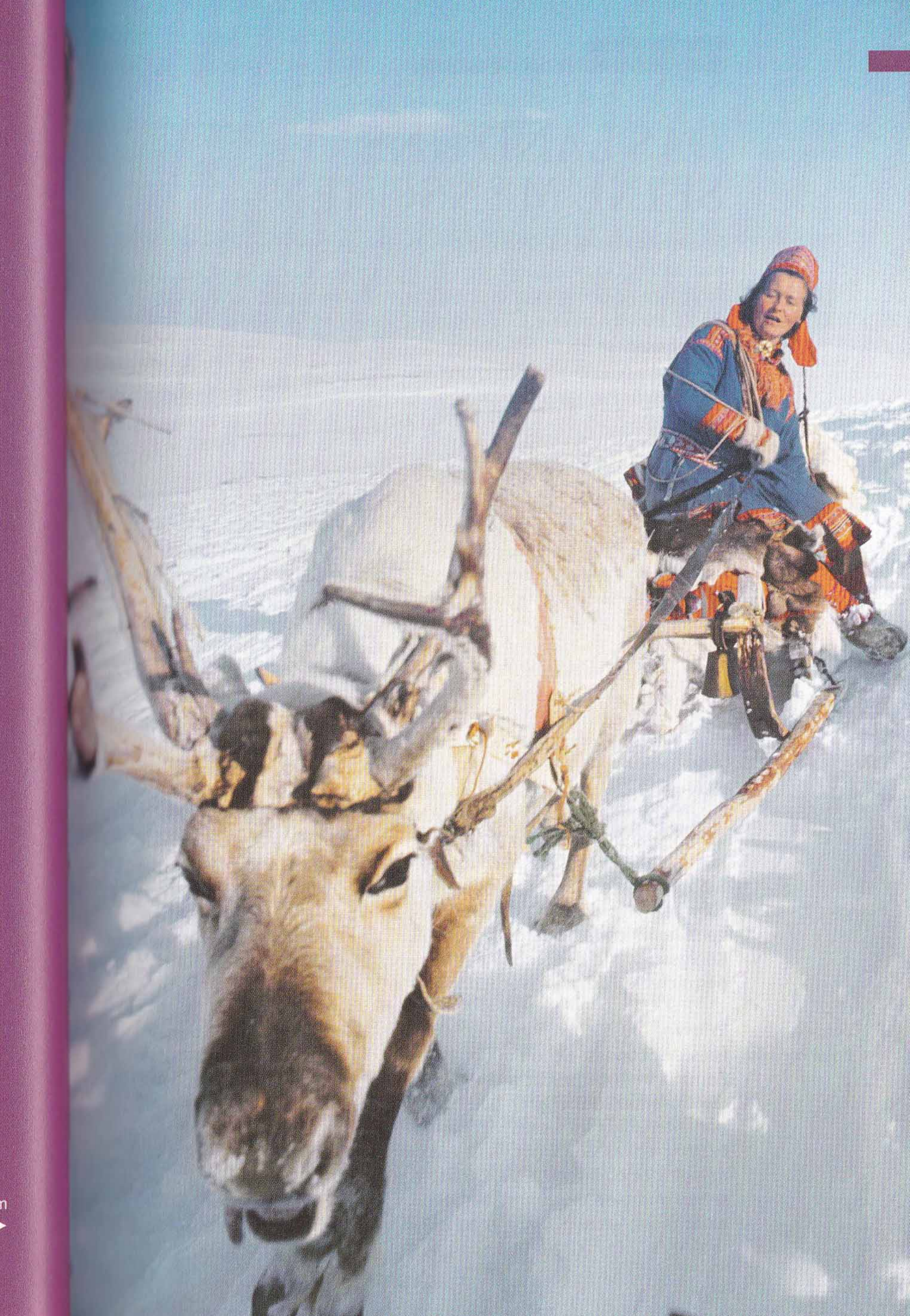
Ca. 11 km südöstlich von Voss führt die RV 13 Richtung Hardangerfjord am Südende des Opelandsvatnet durch das von gewaltigen Felswänden eingeschlossene Skjervedal. Der etwa drei Kilometer lange Straßenabschnitt wurde bereits 1863 – 1870 gebaut; hier stürzt auch der vom Granvinelva gebildete Wasserfall Skjervefoss ins Tal.

H
HINTER-GRUND

Direkt, erstaunlich, fundiert

Unsere Hintergrundinformationen beantworten (fast) alle Ihre Fragen zu Norwegen.

Mit dem Rentierschlitten kommen die Samen im Norden Norwegens immer noch bestens voran. ▶



DAS LAND UND SEINE MENSCHEN

So unmittelbar und direkt wie in Norwegen erlebt man Natur nur selten. Da sind die großen Fjorde: senkrecht ins Land geschnittene Täler, gefüllt mit tiefblauem Meerwasser; da sind die Fjells: menschenleere Bergregionen, in denen sich die Fährten von Moschusochse und Elch abzeichnen. Die Mitternachtssonne macht die Nacht zum Tage, und wer allein sein will, findet hier ebenso sein Paradies wie Sonnenanbeter, die sich am Strand räkeln wollen.

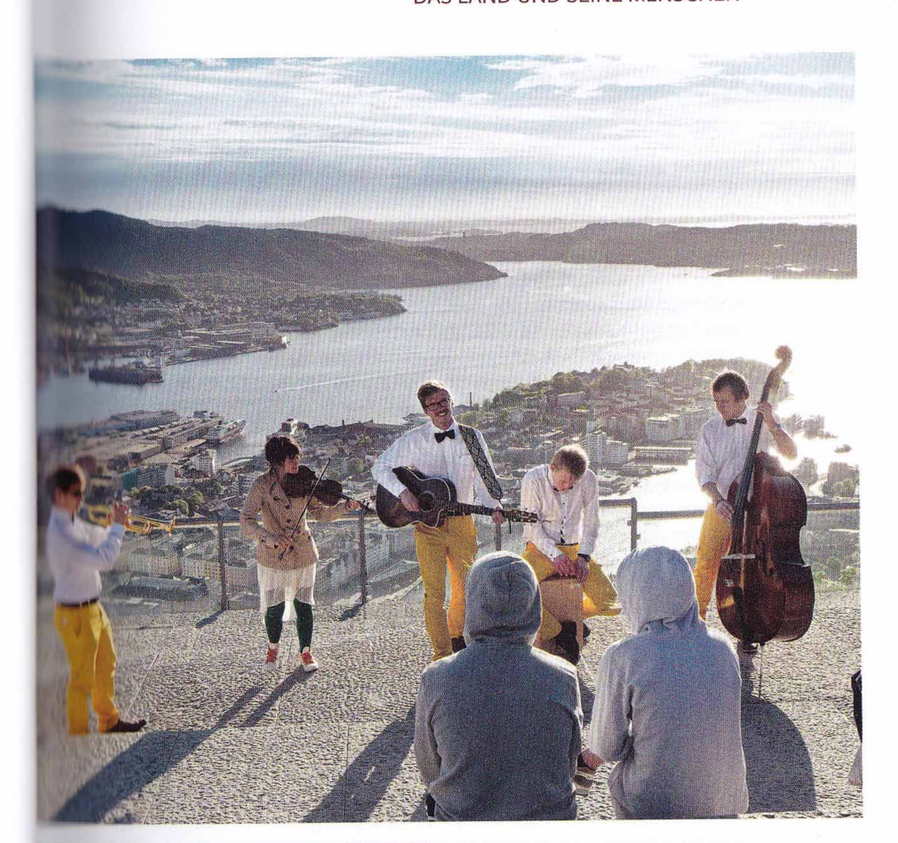
Ein Bild von einem Land

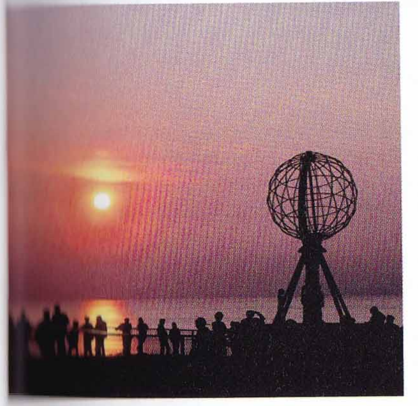
Bunte Gelassenheit

Unstete Geister kommen in Norwegen rasch zur Ruhe. Bei einer Fahrt durch dieses Land verlieren sich Stress und Hektik wie von selbst, denn es geht immer langsam voran auf diesen engen Straßen voller Kurven. Nach und nach sickert dem Reisenden eine neue Gelassenheit ins Gemüt, und man findet sich wieder in einer Landschaft, deren Schönheit in ganz Europa ihresgleichen sucht. Drei Viertel des Landes bestehen aus **Bergen**; Wandern und Bergsteigen zählen hier zu den beliebtesten Outdoor-Aktivitäten. Geprägt wird die Landschaft auch von den **Küsten und ihren Schären**: ein Schwarm von Inseln und Inselchen, manche von allein stehenden, leuchtend bunten Hütten geziert. Einheimische wie Gäste lieben es, in einer solchen »Hytta« Ferien zu machen. Wo sich Menschen ansiedelten, prägen überwiegend aus Blockholz errichtete Bauernhöfe das Bild; an der Küste stehen bunte Fischerhütten. Ein Kontrastprogramm bieten die Städte: **Oslo** mit seinen Flaniermeilen, Ausgehvierteln und dem berühmten Vigelandpark, die alte Hansestadt **Bergen**, die als Norwegens heimliche Hauptstadt gilt, und natürlich **Trondheim**, die alte Königsstadt mit dem monumentalen Nidarosdom. Von dort aus öffnen sich die Tore zum Norden.

Jenseits des Polarkreises

Wie eine unsichtbare Kette legt sich der Polarkreis um den schlanken Hals des Landes. Schon in der Höhe von Trondheim wird es in den Sommermonaten nicht mehr dunkel, jenseits des Polarkreises geht die **Sommersonne** aber überhaupt nicht unter. Manche Reisende berichten, dass sie dieses Mehr an Licht regelrecht euphorisch machte. Wer etwas Glück hat, wird zu dieser Zeit unwirkliche Lichtstimmungen erleben, wird die Landschaft in warmen Farben erglühen sehen und eine ungeahnte Freiheit verspüren. Denn plötzlich ist es nicht mehr wichtig, wann man zu einer Wanderung aufbricht oder





OBEN: Umgeben von Fjorden, Bergen, Küsten und Schären lässt es sich gut leben, z. B. in Norwegens heimlicher Hauptstadt Bergen. 2017 war Norwegen laut UN-Studie sogar das glücklichste Land der Welt.

UNTEN: Absolutes Sehnsuchtsziel im Norden Norwegens ist das Nordkap. Die Weltkugel zeigt hier den – vermeintlich – nördlichsten Punkt Europas an.

sein Zelt aufschlägt. Wer hingegen im Winter kommt, wird das **Polarlicht** sehen, schwebende Vorhänge aus Farben, die lautlos am tiefschwarzen Himmel langsam tanzen.

Erdöl, Elch und Rentierbraten

Fisch, unendliche Wälder und Bodenschätze aller Art, Norwegen ist ein gesegnetes Land. Reich ist die **Nation mit der höchsten Lebensqualität** allerdings vor allem dank des Öls, das vor seinen Küsten aus dem Meeresboden sprudelt. Ihre Petrodollars, die mittlerweile in die Milliarden gehen, haben die Norweger in einem Fonds angelegt: Man spart für die Zeit, wenn die Ölquellen versiegen. Diesem Tag sieht das Land mit Bangen entgegen, denn immerhin sind ein Drittel der Exporteinnahmen Öl und Erdgas zu verdanken. Noch, muss man sagen, denn die Weltmarktpreise für Erdöl sinken immer deutlicher. Auch der Norwegen-Urlauber wird einen Strom von Norwegischen Kronen fließen sehen – allerdings aus seinen Taschen heraus. Nicht nur die astronomischen Preise für Alkohol schmälern das Säckel, Essen gehen, Übernachten, Benzin, alles ist hier **deutlich teurer** als sonst in Europa. Daher reisen viele Urlauber mit dem Wohnmobil an, vollgepackt mit Vorräten von daheim.
Eine der schönsten Arten, das Land zu bereisen, ist natürlich mit den Schiffen der **Hurtigruten**: Diese »schönste Seereise der Welt« führt innerhalb von fünf Tagen von Bergen entlang der schier endlos zerklüfteten Küste bis hinauf ins ferne Kirkenes. Dabei passiert man die wild gezackten Berggipfel der Lofoten, das wuchtige Nordkap-Plateau und idyllische Fischerorte. Apropos Fische: Die kann man sich in Norwegen aus den vielen Fjorden und Flüssen selber angeln. Lachs und Heilbutt, Fjordforelle und Kabeljau stehen auf den Speisekarten vieler Restaurants. Auch Elchwurst und Rentierbraten, vielleicht sogar traditionell über Holzfeuer zubereitet auf Art der Samen, dies alles macht den Norwegenurlaub so einzigartig. Wer einmal hierher kommt, das lehrt die Erfahrung, kehrt gerne wieder.

Das längste Land Europas

Markantes Relief

Kein anderes europäisches Land streckt sich so in die Länge wie Norwegen. So ist die Hafenstadt Kristiansand ganz im Süden etwa rund **2500 Straßenkilometer** vom Nordkap entfernt. Zusammen mit all den Gebirgen und der zerklüfteten Küstenlinie stellt dies den Straßenverkehr vor große Herausforderungen. Von West nach Ost misst das Land an seiner breitesten Stelle zwischen dem südnorwegischen Kap Stad und der schwedischen Grenze 432 km. Auf der Höhe von Narvik schrumpft die West-Ost-Erstreckung auf **zwei Kilometer** zusammen. Norwegen ist größtenteils Gebirgsland. Mehr als die Hälfte des Landes erhebt sich über 500 m ü. d. M, ein weiteres Viertel sogar über 1000 m Meereshöhe. Dies ist angesichts der hohen geografischen Breite von ausschlaggebender Bedeutung für die Möglichkeiten der forst- und landwirtschaftlichen Nutzung. Lediglich in den Randlandschaften des Trondheim- und des Oslofjords sowie südlich von Stavanger erstrecken sich flachere Landschaftsbereiche.
Das **Skandinavische Gebirge** besteht überwiegend aus alten Sediment- und Vulkangesteinen sowie aus Gneisen des Erdaltertums. Morphologisch handelt es sich bei den Skanden um ein **Faltengebirge**, das schon im Erdaltertum an die weit ältere Gesteinsmasse des Baltischen Schilds im Osten angeschweißt wurde.

Kraft des Eises

Ganz Norwegen war während der Kalt- bzw. Eiszeiten von der riesigen, viele Millionen Quadratkilometer messenden Inlandsvereisung Skandinaviens bedeckt. Man nimmt an, dass in den Zeiten der maximalen Vereisungen die **Eismächtigkeit bis zu 3500 m** betrug. Die kalte Pracht drückte heftig auf das darunter liegende Gestein: Bei 3000 m Mächtigkeit lastete ein Gewicht von 2700 Tonnen pro Quadratmeter auf dem Untergrund. Kaum fing das Eis zu schmelzen an, begann die langsame, heute noch andauernde **Hebung** des Kontinentalsockels. Ihren Spitzenwert erreicht die Hebung derzeit im finnischen Meerbusen mit ca. 1 cm im Jahr. Auch der Küstensaum der Schären erhöhte sich. Wasserflächen in den Senken und Mulden vermoorten allmählich.

Küsten und Schären

Keine andere Küste der Erde ist so **stark zergliedert** wie die norwegische. Die an sich 2532 km lange Küstenlinie wächst auf 25 148 km an, wenn man die zahlreichen Fjorde miteinbezieht. Aus dem flachen Wasser ragen unzählige Felsbuckel und **kleine Inseln** bis zu einer Höhe von selten mehr als 50 m hervor, die Schären. Ihre Zahl wird mit zwischen 50 000 und 150 000 angegeben. Doch nur etwa 2000 von ihnen sind bewohnt. Der Bereich zwischen Küste und Schären ist ein beliebtes Revier für Freizeitkapitäne mit ihren Motor- und Segelbooten. Fracht- und Personenschiffe verkehren ebenfalls in großer Zahl im Schutz der Schären.

Täler der Superklasse: die Fjorde

An den flachen Küstensaum schließt sich landwärts das steil aufragende Gebirge der Skanden mit Höhen bis nahe 2500 m an. Der Gebirgsrand ist von einzelnen, tief eingeschnittenen Tälern, den **Fjorden**, unterbrochen. Zwei der schönsten Fjorde Norwegens, der Geirangerfjord und der Nærøyfjord, sind seit 2005 als UNESCO-Welterbe geschützt. Fjorde, die teilweise über 200 km tief in das Land hineinreichen, sind voreiszeitliche Flusstäler, die während der Eiszeiten durch die zum Meer abfließenden Eisströme tief ausgehobelt wurden und sich später mit Meerwasser füllten. Ihr Querprofil ähnelt oft einem »U«, denn die Wände über und unter dem Wasser sind **extrem steil**. Uferstreifen fehlen fast völlig und nur, wo an der Einmündung von Seitentälern Schuttkegel sedimentiert





Lage:
Nordwesteuropa am westlichen Rand der skandinavischen Halbinsel



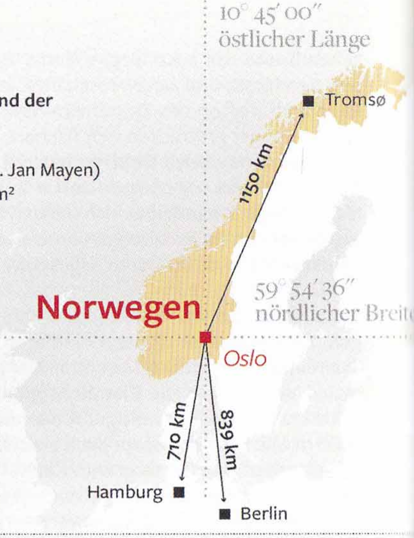
Fläche: **386 958 km²** (inkl. Svalbard u. Jan Mayen)
Im Vergleich: Deutschland 357 020 km²



Einwohner: **5,38 Mio.**
Im Vergleich: Deutschland 83 Mio.



Bevölkerungsdichte:
14 Einwohner/km²



▶ Geografische Daten

Nord-Süd-Ausdehnung:
1756 km (Luftlinie)
Küstenlänge Festland: **25 148 km**
Nördlichster Punkt:
Knivskjelodden (71° 11‘ 9“ Nord)
Südlichster Punkt:
Kap Lindesnes (57° 58‘ 43“ Nord)
Größter Gletscher:
Jostedalsbreen (487 km²)
Größter Binnensee: **Mjøsa (362 km²)**
Höchster Berg: **Galdhøpiggen (2469 m)**

▶ Bevölkerung

Durchschnittsalter: 39,5 Jahre (Deutschland: 45,7)
Minderheiten: **Samen** (Lappen) und **Kvener** (Kwänen)
Ausländeranteil: **14,8%** (vor allem aus Polen, Litauen, Somalia, Pakistan)
Bevölkerungswachstum: **0,8%** pro Jahr

▶ Städte

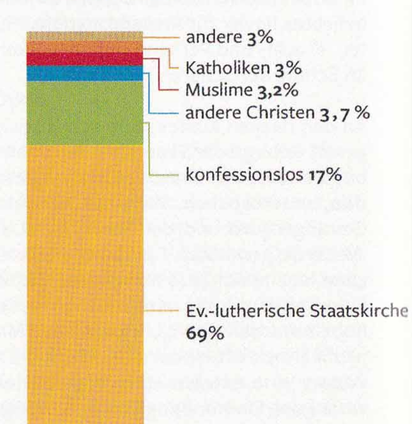
Hauptstadt: **Oslo**
Größte Städte



▶ Staatsform

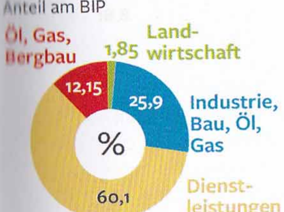
Parlamentarische Monarchie
Staatsoberhaupt: **König Harald V.**
Ministerpräsidentin:
Jonas Gahr Støre (Arbeiterpartei)
Amtssprachen: **Bokmål** (Buchsprache) und **Nynorsk** (Neunorwegisch)

▶ Konfessionen



▶ Wirtschaft

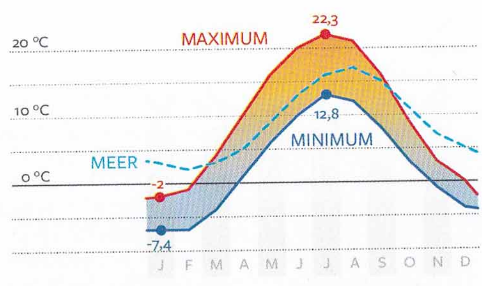
Bruttoinlandsprodukt (2021): **376 Mrd. €**
BIP je Einwohner: **70 000€**
Wirtschaftszweige:
Anteil am BIP

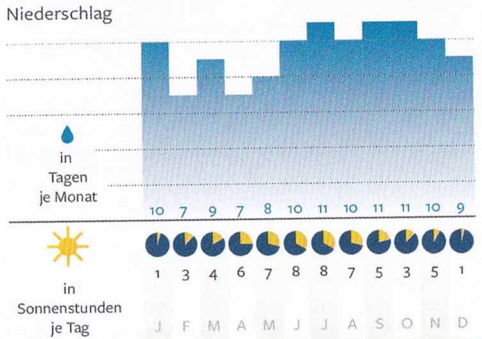


Arbeitslosenquote: **4,3%** (2021)
Inflationsrate: **2,2%** (2021)
Ölproduktion: **1,7 Mio.** Barrel/Tag (2020)
Hauptabnehmer: Großbritannien, Niederlande, Deutschland, Schweden
Gasproduktion:
116 Mrd. m³ (2020)
Hauptabnehmer: Deutschland, Frankreich, Großbritannien, Belgien

▶ Klimastation Oslo





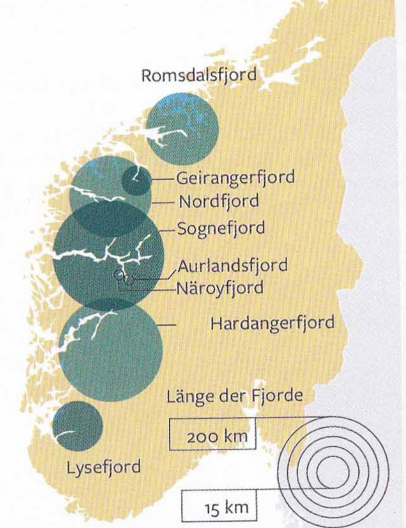


▶ Die Küste und Fjorde Norwegens

	Länge	Tiefe
Romsdalsfjord	88 km	500 m
Geirangerfjord	15 km	600 m
Nordfjord	110 km	590 m
Sognefjord	204 km	1308 m
Aurlandsfjord	17 km	500 m
Nærøyfjord	17 km	500 m
Hardangerfjord	179 km	800 m
Lysefjord	40 km	500 m

Ca. 50 000 Inseln
Küstenlinie mit Fjorden und Inseln: **ca. 57 000 km**
Die Küstenlänge anderer Länder

Kanada **202 000 km**
Indonesien **55 000 km**
Philippinen **37 000 km**
Japan **30 000 km**
Australien **25 000 km**



wurden, konnten sich Menschen niederlassen. Bei Wassertiefen von teilweise über 1000 m können selbst Hochseeschiffe bis ans Fjordende fahren.

Fjell und Vidda

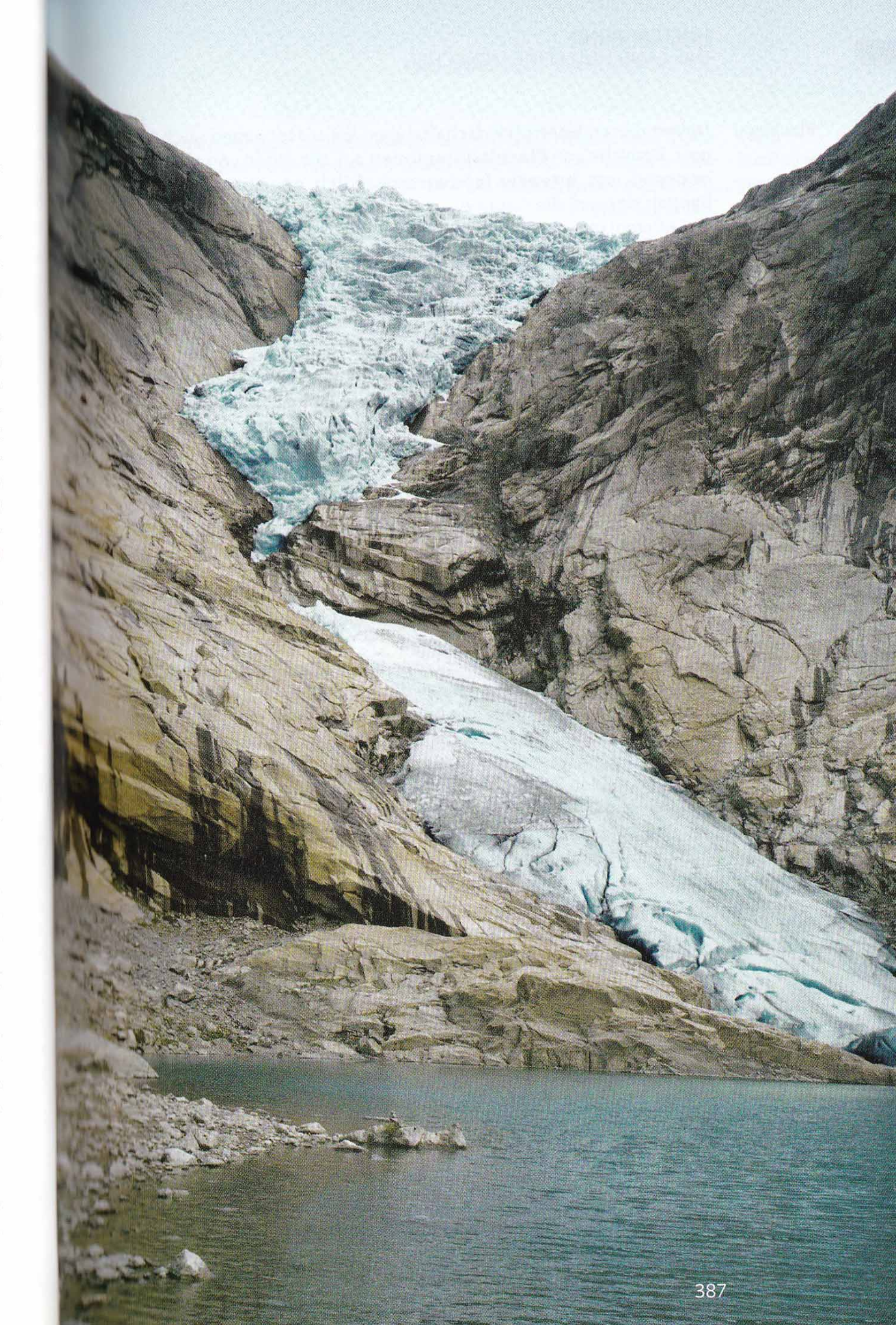
Verkehrswege über Land lassen sich an den Fjorden freilich schwer anlegen. Nur bei größeren, am Fjordende gelegenen Orten überwindet eine **Straße** den steilen Talschluss in vielen Windungen (z. B. Trollstigveien bei Åndalsnes oder Ørneveien bei Geiranger) und führt auf die 800 bis 1000 m hoch gelegene, flach gewellte Hochfläche des Gebirges, das sog. Fjell, hinauf. Im skandinavischen Raum wird die Bezeichnung **»Fjell«** für alles Land verwendet, das oberhalb der Waldgrenze liegt. Die ausgedehnten, wenig Abwechslung bietenden Plateauflächen werden im Norwegischen **»Vidda«** genannt (z. B. Finnmarksvidda, Hardangervidda). Durch die Hebung Skandinaviens konnten sich von den Rändern der Vidden her Flüsse in die Hochflächen eintiefen und markante Talzüge gestalten. So wird die Süd- bzw. Südostabdachung des Fjells durch große, flachmuldige Täler bestimmt, die sogenannten Ostnorwegischen **Bauerntalungen** mit Østerdal, Gudbrandsdal, Valdres, Hallingdal, Numedal, Setesdal und Sirdal. Auch sie sind eisüberformt, wurden aber lange nicht so eingetieft wie die Fjorde im Westen.

Alpines Gebirge

Alpine Formen des Hochgebirges mit Graten, Karen und Felswänden beherrschen die Lofoten und Jotunheimen. Hier befinden sich auch die höchsten Erhebungen Norwegens (und ganz Skandinaviens), die vergletscherten **Galdhøppigen** (2469 m) und **Glittertind** (2452 m). Die Berggipfel **Jotunheimens** – wie auch der Lofoten – waren vor den Eiszeiten des Quartärs gerundete Kuppen, wie man sie in den Mittelgebirgen antrifft. Durch die Arbeit der Gletscher wurden während der Eiszeit scharfe Grate und Bergspitzen herausmodelliert.

Die Gletscher schrumpfen

Auch wenn in den letzten zwei Jahrhunderten die Gletscher Norwegens – ähnlich wie die Talgletscher der Alpen – an Volumen abgenommen haben und die eisbedeckte Fläche geschwunden ist, weist Norwegen noch immer **die größte vergletscherte Fläche Europas** auf. Der größte Gletscher des Landes ist der **Jostedalsbre** in einer Höhe von ca. 1500 – 1700 m. Er erstreckt sich westlich von Jotunheimen zwischen dem inneren Nordfjord im Norden und dem inneren Sognefjord im Süden. Seine Fläche ist in den letzten Jahrzehnten von mehr als 1000 km² auf derzeit unter 500 km² geschrumpft. Mit ihren zahlreichen Eiszungen erinnern die Gletscher an einen auseinanderlaufenden Brei. In der Tiefe zeigen sie eine Vielfalt von Blautönen, die sich deutlich von der weißen oder schmutziggrauen Oberfläche abheben.



Auch an einem der berühmtesten Gletscher des Landes, dem Briksdalsbre in Westnorwegen, hinterlässt der Klimawandel seine Spuren.

Flachland

Neben diesen Gebirgslandschaftstypen weist Norwegen auch kleinere Bereiche von **Flachlandregionen** auf, die schon von alters her besiedelt und **intensiv landwirtschaftlich genutzt** werden. Es handelt sich um die Gebiete am Oslograben, Trondheimsfjord und die Küstenlandschaft Jæren südlich von Stavanger. Der bis zum Mjøsa-See, dem größten See Norwegens, sich erstreckende Oslograben ist Teil der großen, tektonisch angelegten **Grabenbruchzone**, die ganz Europa durchzieht und zu der auch der Oberrheingraben gehört. Der **Oslofjord** ist also kein echter Fjord. Im **Trondheimsfjord** hat sich am Süd- und Ostufer aus marinen Sedimenten ein flacher Saum gebildet. Durch die Hebung Skandinaviens reicht dieser Kulturraum bis nahe 200 m Höhe. In **Jæren** ändert sich das Bild stark: Die klimatisch sehr begünstigte Jærenebene südlich von Stavanger erinnert mehr an die dänische Halbinsel Jütland oder Südschweden.

Klima

Wärmender Golfstrom

Die geografische Lage Norwegens, seine enorme Nord-Süd-Erstreckung und der gebirgige Charakter des Landes verursachen **große Wetter- und Klimaunterschiede** (▶ Praktische Informationen S. 484). Kein Land in vergleichbarer Breitenlage hat ein so mildes Klima wie Norwegen. Dafür sorgen die Ausläufer des Golfstroms, die als »Warmwasserheizung« die gesamte Küste bis in den hohen Norden auch in strengsten Wintern eisfrei halten. Sie bescheren dem größten Teil Norwegens ein maritimes Klima mit feuchtkühlen Sommern und milden Wintern. Östlich der als Wetterscheide wirkenden Gebirge ist das Klima dagegen kontinental geprägt mit großen jahres- und tageszeitlichen Temperaturunterschieden und geringeren Niederschlägen.

Wo regnet es am meisten?

Norwegens Wetter ist besser als sein Ruf. Zwar zählt die Westküste zu den regenreichsten Regionen Europas, doch östlich des Gebirgs-Hauptkamms nehmen die Mengen rasch ab und immer öfter zeigt sich die Sonne. Grund für dieses typische **West-Ost-Gefälle** sind die Westwinde, die vom Atlantik immer wieder Wolken bringen, die sich an den Gebirgsketten abregnen. Im Osten herrscht dann trockenes Föhnwetter. Die größten Regen- und Schneemengen fallen im südlichen Fjordland. Reichliche Niederschläge erhalten auch das Saltfjell-Gebirge und die Lofoten. Wer Regen scheut, sollte einen großen Bogen um die alte Hansestadt Bergen machen, in der es nicht selten wie aus Kübeln gießt (2250 l/Jahr an 202 Tagen). Erheblich freundlicher präsentieren sich der Raum Oslo, die Finnmarksvidda und das Gudbrandsdal, wo die Landwirtschaft z. T. sogar auf künstliche Bewässerung angewiesen ist.

Teils mediterrane Temperaturen

Nach einem langen, dunklen Winter beginnt das Frühjahr spät. Polare Winde lassen die Temperaturen bis Anfang Mai nur langsam steigen. Auch in den wenigen Sommerwochen wird es gewöhnlich nicht allzu warm. Im Juli und August kann das Thermometer aber durchaus bis auf 30 °C klettern. Dann macht sich in den Tälern des südlichen Norwegens geradezu **mediterrane Stimmung** breit, und die sonst eiskalten Seen werden zu Badegewässern mit Temperaturen bis gut 20 °C. Der Juli ist in der Regel der wärmste, Februar der kälteste Monat. Mit einer Jahresmittel-Temperatur von 7,7 °C gilt die Küste zwischen Stavanger und dem Sognefjord als die wärmste Region Norwegens, hier reifen Obst und Gemüse prächtig. Am kältesten wird es in der Finnmarksvidda (Jahresmittel-Temperatur -3,1 °C).

Jahreszeiten

In den Tälern Südnorwegens erreichen die Temperaturen von Mitte Juni bis Mitte August normalerweise 18 bis 22 °C, bei längeren Schönwetterperioden auch 30 °C. An den Küsten bleibt es 2 bis 4 °C kühler. Während der Nachtstunden gehen die Werte auf 8 bis 12 °C zurück. Für Mittel- und Nordnorwegen sind Tagesmaxima von 15 bis 17 °C normal, in der südlichen Finnmark auch darüber. An den Küsten und auf den Lofoten ist ein warmer Pullover unverzichtbar, selten wird es wärmer als 12 bis 15 °C.

Winter

Nach einem **kurzen Herbst** beginnt der Winter in Nordnorwegen schon Mitte September. Abseits der Küsten herrscht von November bis Ende April strenges und schneereiches Frostwetter mit Temperaturen zwischen -6 und -25 °C. Am kältesten ist es in der Finnmark, am 6. Februar 1998 wurden **in Kautokeino -55 °C** gemessen. Strenge Winter verzeichnen auch die Täler und Hochflächen Südnorwegens mit Dauerfrost von -5 bis -10 °C am Tag und -10 bis -15 °C in der Nacht. Mit Ausnahme der Küsten versinkt Norwegen im Winter unter einer tiefen Schneedecke, die im März/April mit 50 cm bis 2 m ihre größte Höhe erreicht. Die weiße Pracht bleibt in Nordnorwegen und im Gebirge von Mitte Oktober bis Anfang Juni (über 200 Tage) liegen, in den Tälern Südnorwegens von Mitte November bis Anfang Mai. In Lappland kann es auch im Sommer schneien.

Sonnenschein

Am häufigsten strahlt die Sonne an der **»Norwegischen Riviera«** zwischen Kristiansand und Oslo und im Gudbrandsdal (1600 bis 1900 Std./Jahr). Das sind mitteleuropäische Spitzenwerte, die in Kristiansand im Juni mit 280 Std. (10 Std./Tag) sogar noch überboten werden. Wenn die Sonne im Osten strahlt, sind die Fjorde der Westküste meistens regenverhangen. Die besten Chancen, die Fjorde bei gutem Wetter zu erleben, bestehen im April und Mai oder wenn östliche Winde die Wolken auflösen (Föhn). Richtung Norden machen atlantische Tiefausläufer der Sonne immer mehr zu schaffen, obwohl selbst Küstenstädte wie Trondheim, Bodø oder Tromsø im Sommer

mit durchschnittlich 200 Monatsstunden (Mai – Juni) recht gut abschneiden. Am **Nordkap** beeinträchtigen gerade im Hauptreisemonat Juli viel schlechtes Wetter und häufiger Seenebel den Blick auf die grandiose Landschaft und die Mitternachtssonne.

Zauberhaftes Polarlicht

Schleier aus Licht (▶ Baedeker Wissen, S. 392)

Der zarte Reigen der Polarlichter gehört zu den beeindruckendsten Naturschauspielen. Nach der römischen Göttin der Morgenröte nennt man sie auf der Nordhalbkugel auch »Aurora Borealis«, auf der Südhalbkugel »Aurora Australis«. Viele besuchen Norwegen (vor allem Tromsø) im Winter, um wenigstens ein Mal im Leben das Nordlicht gesehen zu haben. Die leuchtenden Schleier treten in allen Mustern auf: streifenförmig oder als Bänder, dann wieder als größere Flächen am nächtlichen Firmament. Diese Lichterscheinungen spielen sich in 100 bis über 300 km Höhe ab und können gleichzeitig von Orten beobachtet werden, die mehrere tausend Kilometer auseinander liegen. Einst galten Nordlichter als **Vorboten von Kriegen**, Katastrophen oder Teuerung. Heute bevorzugt man wissenschaftliche Erklärungen und führt ihre Entstehung auf eine Abfolge von astro- bzw. geophysikalischen Vorgängen zurück: Das Polarlicht entsteht, wenn die von der **Sonne** ausgesandte **Partikularstrahlung** auf die äußersten Schichten der Erdatmosphäre trifft, die sog. **Ionosphäre**. Dort werden die Partikel in Richtung der magnetischen Pole geleitet. Hierbei treffen die Elektronen u. a. auf Stickstoff- und Sauerstoffatome und versetzen sie in Schwingung. Das Ergebnis des Zusammenpralls ist das **Aufleuchten der Atome**. Stickstoffatome geben ein eher rötliches Licht ab, die Sauerstoffatome schimmern bläulich bis grünlich. Ist die Partikularstrahlung der Sonne sehr stark, was meist in einem Rhythmus von elf Jahren geschieht, kann man Nordlichter mit viel Glück sogar in Süddeutschland sehen.

Im Land der Mitternachtssonne

Wo die Sonne nicht untergeht

Am Äquator ist es stets 12 Stunden Tag und 12 Stunden Nacht. Der Rest der Welt weist unterschiedliche Tages- und Nachtlängen auf, weil die Erdachse gegenüber ihrer Umlaufbahn leicht gekippt ist. Die Polarkreise sind die Breitenkreise von 66,5° nördlicher Breite und 66,5° südlicher Breite. Am nördlichen Polarkreis (»Polsirkelen« auf Norwegisch) sinkt im Sommer die Sonne nicht mehr unter den Horizont, die **Mitternachtssonne** scheint.
Genau auf dem Polarkreis ist dieses **Polartag** genannte Phänomen nur zur Sommersonnenwende, am 21. Juni, zu beobachten. Dann erreicht der – gedachte – Lauf der Sonne am nördlichen Polarkreis seine größte nördliche Deklination. Aber auch in Orten südlich des Polarkreises wird es nicht dunkel, berücksichtigt man die Dämmerung. Weil die Daten für die Mitternachtssonne astronomisch auf Meereshöhe bezogen sind, hat man, wenn man auf einem Berg steht, an diesen etwas südlich des Polarkreises gelegenen Orten die Chance, die Mitternachtssonne zu sehen. Je weiter man nach Norden kommt, desto länger wird im Sommer der Polartag. Am Nordpol müsste der Polartag genau ein halbes Jahr dauern, er ist aber wegen der Strahlenbeugung in der Erdatmosphäre noch etwas länger: Hier geht die Sonne zum Frühjahrsbeginn am 21. März auf und zum Herbstbeginn am 23. September wieder unter, sie scheint also volle **187 Tage**. Im Winterhalbjahr sind die Beleuchtungszeiten dann allerdings entsprechend umgekehrt. Die skandinavischen Gebiete nördlich des Polarkreises, das eigentliche »Land der Mitternachtssonne«, werden als **»Nordkalotte«** bezeichnet.

Blumen mit Frostschutz: die norwegische Flora

Bäume und Beeren

Etwa ein Viertel Norwegens ist von Wald bedeckt. In weiten Teilen des Landes beschränkt sich der Wald der hohen Berge wegen mehr oder weniger auf die geschützten Täler. Die Atlantikküste ist von Natur aus waldarm. Die Schären bestehen zumeist aus nacktem Fels und sind infolge der Niederschläge starker Abspülung ausgesetzt. In den Wäldern wachsen **viele Beerensorten** (Blaubeere, Preiselbeere und Moltebeere), außerdem zahlreiche Pilzarten (z. B. Steinpilze und Pfifferlinge). In den unter Naturschutz stehenden Berggebieten Jotunheimen und Rondane liegt die **Baumgrenze** bei 1000 m ü. d. M., am Polarkreis liegt sie bei 500 m ü. d. M. und je weiter man nach Norden kommt, desto tiefer sinkt sie, zuletzt bis auf Meereshöhe.

Laubwald im Süden

Laubmischwälder nehmen vor allem die südlichen Landesteile ein. Weit verbreitet sind Rotbuche, Eiche, Winterlinde, Esche, Erle, Ulme, diverse Obstgehölze (u. a. Kirsche) und vor allem die Birke (Weißbirke, Moorbirke). **Buchen** findet man bis in die Höhe von Bergen. **Eichen** sind bis weit in den Norden (Trondheim) anzutreffen. Je weiter man aber nach Norden kommt, desto mehr weichen Laubgehölze den Nadelgehölzen.

Nadelwald im Norden

Charakteristisch für Mittel- und Nordnorwegen sind ausgedehnte **Moore** und flechtenreiche Fichten- und Kiefernwälder. An der Küste reichen sie bis über den Polarkreis hinaus. Während in Süd- und Ostnorwegen **Fichtenwälder** vorherrschen, dominiert im Westen und im Norden die **Kiefer**. Die Höhengrenze der Nadelwälder sinkt von 800 m im Bereich der Telemark und des Hardangerfjords bis auf

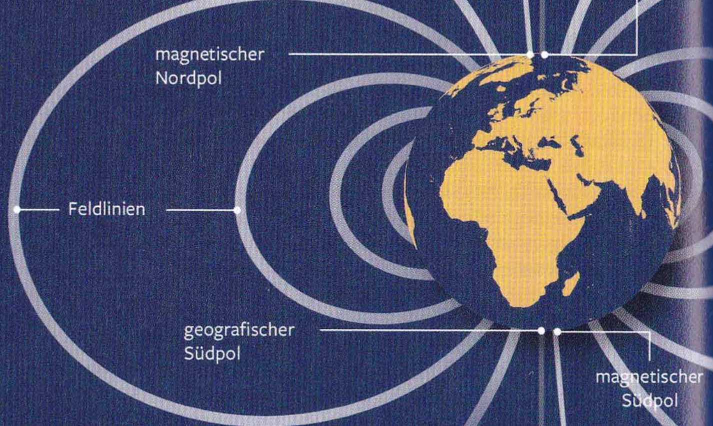
AURORA BOREALIS



Eine Aurora borealis bzw. ein Polarlicht in den Farbabstufungen Weiß, Gelb, Grün ist am Polarkreis keine Seltenheit. Solche leuchtenden Gemälde am Himmel treten immer dann auf, wenn erhöhte Sonnenaktivität zu verzeichnen ist.

▶ Wo entstehen Polarlichter?

Polarlichter treten zeitgleich an den magnetischen Polen der Erde auf. Bei wolkenlosem Himmel sind in Norwegen die Bedingungen besonders in den Monaten September, Oktober und März ideal für eine Polarlichtbeobachtung.



▶ Wie entstehen Polarlichter?

1 Nach heftigen Eruptionen auf der Sonne strömen elektrisch geladene Teilchen als Sonnenwind in Richtung Erde.

Sonnenwind

Sonne



Polarlicht (Film)

▶ Ein Phänomen in großen Höhen

200 km

Polarlichter treten in einer Höhe von 100–400 km auf

Ionosphäre/Thermosphäre
bis 500 km

100 km

80 km

Mesosphäre

50 km

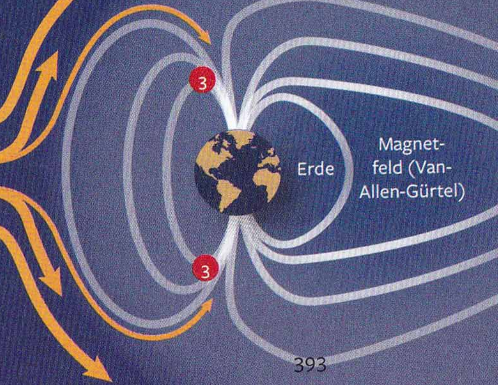
Stratosphäre

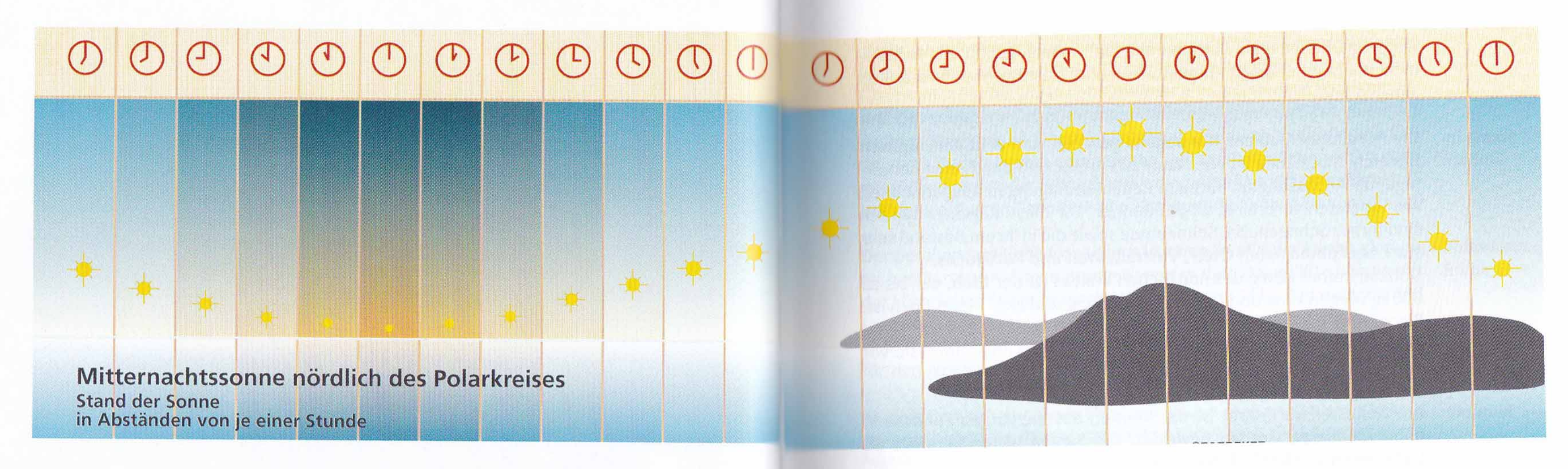
10 km

Troposphäre

2 Nach einigen Tagen treffen die Partikel mit hoher Geschwindigkeit auf das Magnetfeld der Erde. Dieses hält die gefährliche Strahlung von der Erde fern.

3 Nur in den Polarregionen durchdringen einige Teilchen die oberen Atmosphäreschichten und treffen dort auf Gase wie Stickstoff und Sauerstoff. Am Himmel leuchten unterschiedlich farbige Lichter auf.





Mitternachtssonne nördlich des Polarkreises
Stand der Sonne
in Abständen von je einer Stunde

450 m ü. d. M. in der Finnmark. Hier im Norden findet man nur noch schlankwüchsige Fichten und einzelne Kiefern.

Einzigartige Birkenzone

Niedrige Birkenwälder markieren den Übergang von der Nadelwaldzone in den arktischen Lebensraum. Sogenannte Fjellbirken heben in den Berggebieten die Wald- und Baumgrenze um 100 bis 200 m an. Diese **Birkenzone** ist typisch für ganz Skandinavien und in dieser Form einmalig auf der Erde. Die Gebirgstäler sind grün von Birkenwald und Weidengestrüpp, hier und dort sogar undurchdringlich. Als Bodenwuchs sind für die nordischen Wälder **Beerensträucher** und in trockeneren Lagen die **Rentierflechte** bezeichnend.

Kurzer Sommer in der Tundra

Wer die Tundra erleben möchte, muss sehr weit in den Norden vordringen, z. B. nach Spitzbergen oder auf die Bäreninseln. Hier lässt die sehr kurze **Vegetationsperiode von maximal drei Monaten** kein Baumwachstum zu. In der artenarmen Tundra gedeihen nur noch kälteunempfindliche Zwergbirken, Zwergsträucher und Heidekrautgewächse, Moose und Flechten.

Wiesen und Heiden

Ausgesprochene Almenmatten sind nur in den südlichen Berggebieten Norwegens anzutreffen. Die Palette reicht von Orchideen bis zu trockenem Gestrüpp mit Wacholder und Heidekraut. Weiter nördlich ähneln die Fjellhochflächen der Tundra: **Strauch- und Grasheiden** sowie Moose prägen das Landschaftsbild. Auf der oberen alpinen Stufe dominieren Moose, Flechten und einige Weidenarten. Dem aufmerksamen Fjellwanderer fallen die zahlreichen Steinbrecharten auf. Einjährige Pflanzen sind selten zu finden, da sie ihre Entwicklung in der sehr kurzen Vegetationsperiode schwer durchlaufen können. Weil es so kalt ist, leben auf den Fjells auch nur ganz **wenige blütenbestäubende Insekten**. Die meisten Pflanzen haben deshalb recht unscheinbare Blütenblätter. Die ungeschlechtliche, vegetative Fortpflanzung herrscht vor. Als außerordentlich anpassungsfähig hat sich die **Krautweide** erwiesen. Sie wächst sehr langsam und erreicht im Laufe von fünf Jahrzehnten nur wenige Zentimeter Höhe.
Hochinteressant ist, wie sich einzelne Pflanzen den widrigen äußeren Bedingungen angepasst haben. Einige bilden zuckerhaltige, **Frostschutzmitteln** nicht unähnliche Pflanzensäfte in Blättern und Sprossen. Das intensive UV-Licht auf den Fjellhochflächen hemmt das Längenwachstum der Pflanzen, viele Fjellpflanzen bilden Rosetten, Polster oder sogar ganze Teppiche. So nutzen sie die geringe Bodenwärme geschickt aus und bieten dem Wind wenig Angriffsfläche. Weit verbreitete Blühpflanzen sind Buschwindröschen, Leberblümchen, Schlüsselblumen und im Sommer v. a. der Rote Fingerhut.

Rentier, Wolf und Elch – die Tierwelt

Fauna im Süden

Zwei Klima- und Vegetationszonen sind für die Tierwelt Norwegens bestimmend. Die Wälder der südlichen Landesteile gehören zur gemäßigten Zone und werden im Großen und Ganzen von denselben Arten bevölkert, wie man sie in den Wäldern Deutschlands trifft (Reh, Hirsch, Fuchs, Hase, Dachs u. a.). Der geringen Bevölkerungsdichte und den maßvollen kulturellen und industriellen Eingriffen in die Natur ist es zu verdanken, dass die Vielfalt der Tierarten in Nor-

wegen größer ist als in Mitteleuropa und vielfach noch Tiere vorkommen, die bei uns längst ausgestorben oder weitestgehend verdrängt worden sind.

Fauna im Norden

Die nördlichen Gebiete Norwegens gehören zum **arktisch-alpinen Bereich**. Ihre Fauna ist von Natur aus ärmer und durch eine hervorragende Anpassung an härteste Lebensbedingungen ausgezeichnet. Am weitesten verbreitet ist das Rentier. Für diese Regionen typisch sind ferner Schneehuhn, Schneehase sowie die in ihrem Bestand sehr stark bedrohten Arten Otter, Vielfraß, Wolf und Polarfuchs.
Unbestrittener König des nordischen Waldes ist der **Elch**, der bis zu 800 kg wiegen kann und fast drei Meter lang und zwei Meter hoch ist. Elche wird man selten sehen, denn sie sind äußerst scheue Tiere, doch in der Dämmerung können sie sogar Autos im Raum Oslo vor den Kühler laufen – die Folgen sind oft fatal.

Rentiere

Am weitesten verbreitet ist das Rentier, das die kargen Tundren in unübersehbaren Herden beweidet. Die Samen halten Rentiere als Lieferanten von Milch, Fleisch und Fellen.

Ziegen, Schafe, Rinder, Pferde

Das recht kleinwüchsige, aber stämmige und sehr »geländegängige« Fjordpferd war einst genügsames Arbeitstier und wird heute als Reitpferd immer beliebter. Große Bedeutung als Woll-, Milch- und Fleischlieferanten haben Schafe und Ziegen. In klimatisch begünstigten Räumen werden auch Rinder gehalten.

Lemminge

Die ältesten Bewohner der arktischen Regionen Norwegens sind die Lemminge, etwa 8 bis 15 cm lange Nagetiere mit Stummelschwänzen. Sie fressen Pflanzen und sind hauptsächlich nachtaktiv, legen ausgedehnte unterirdische Gangsysteme an, leben im Winter unter der Schneedecke und halten keinen Winterschlaf. Am häufigsten in Norwegen sind die Berglemminge (Lemmus lemmus), die zu **starker Massenvermehrung** neigen, was wiederum zwei größere Wanderungen pro Jahr verursacht: Im Frühjahr ziehen vor allem die Männchen massenweise in neue Sommerquartiere. Im Herbst suchen sich alle Lemminge neue Lebensräume. Bei den Massenwanderungen finden viele Tiere den Tod – dass sie sich freiwillig und in der **Absicht, sich selbst zu töten**, ins Meer stürzen, ist eine gerne gepflegte **Legende**, aber falsch.

Meerestiere

In den Küstengewässern Norwegens sind diverse **Robbenarten** (u. a. Seehunde) und **Wale** (u. a. Zwergwal und Pottwal ▶Baedeker Wissen S. 370) beheimatet. Als bislang einziges Meeressäugetier ist der **Tümmler** unter besonderen Schutz gestellt worden. In den küstennahen Gewässern und in den **Fjorden** tummeln sich vor allem Lachs, Lachsforellen (Seeforellen) und Saibling. Auf dem **offenen Meer** trifft man gelegentlich auf riesige Heringsschwärme. Vor der Süd- und Südwestküste halten sich im Sommer viele Makrelen auf. Etwa ein Fünftel aller Fische, die in den Gewässern vor Norwegen vorkommen, sind **Dorsche**. Ihre Leber wird als Delikatesse geschätzt. Die einstmals riesigen Bestände an Dorsch (Kabeljau), Heilbutt, Seelachs und Hering sind in den letzten Jahrzehnten durch Überfischung stark dezimiert worden. An der Küste findet man zahlreiche **Krustentiere**, insbesondere diverse Garnelen- und Krabbenarten sowie den Hummer.

Süßwasserfische

Der berühmteste Fisch Norwegens ist ohne Zweifel der **Lachs**, der unter bestimmten Auflagen geangelt werden darf. Das größte bislang mit der künstlichen Fliege geangelte Exemplar wog 34 kg. Jeder der ca. 400 Lachsflüsse Norwegens beherbergt seinen eigenen Lachsstamm, der sich in Größe und Wuchs von anderen Stämmen unterscheidet. Was für den passionierten Lachsangler zählt, ist der Kampf mit dem Fisch,

Während einer Walsafari können Sie mit etwas Glück einen majestätischen Meeressäuger beobachten. Da kann schon mal ein Pottwal seine Fluke für einen kurzen Augenblick aus dem Wasser heben – das perfekte Fotomotiv!



wenn dieser nach vier Jahren im Atlantik wieder in den reißenden Heimatfluss steigt und vor keinem Hindernis zurückschreckt, um an sein Ziel zu gelangen: die Quellregionen, um dort abzulaichen. Weitere norwegische Süßwasserfische sind Regenbogen- und Bachforelle sowie Saibling, Äsche, Flussbarsch, Felchen, Hecht und Aal.

Vogelarten

Die stark zerklüfteten Felswände der norwegischen Küste bieten zahllosen **Meeresvögeln**, vorwiegend Alken und Lummen (darunter auch die in ihrem Bestand bedrohte Trottellumme), aber auch in Mitteleuropa selten gewordenen oder gar ausgestorbenen Vogelarten noch immer geschützte Brutplätze, so etwa dem Jagdfalken, dem Seeadler, dem Fischadler und dem Steinadler. Auf der Roten Liste der bedrohten Arten stehen die Zwerggans, der Wanderfalke und die Heringsmöwe. Ebenfalls in seinem Bestand bedroht war in den letzten Jahrzehnten der Papageitaucher. Ursache hierfür war in erster Linie die Überfischung der Bestände, denn die Papageitaucher ernähren sich in erster Linie von Sandaal, Sprotte, Lodde und Hering.

Staat und Gesellschaft

Paradies für Einsiedler

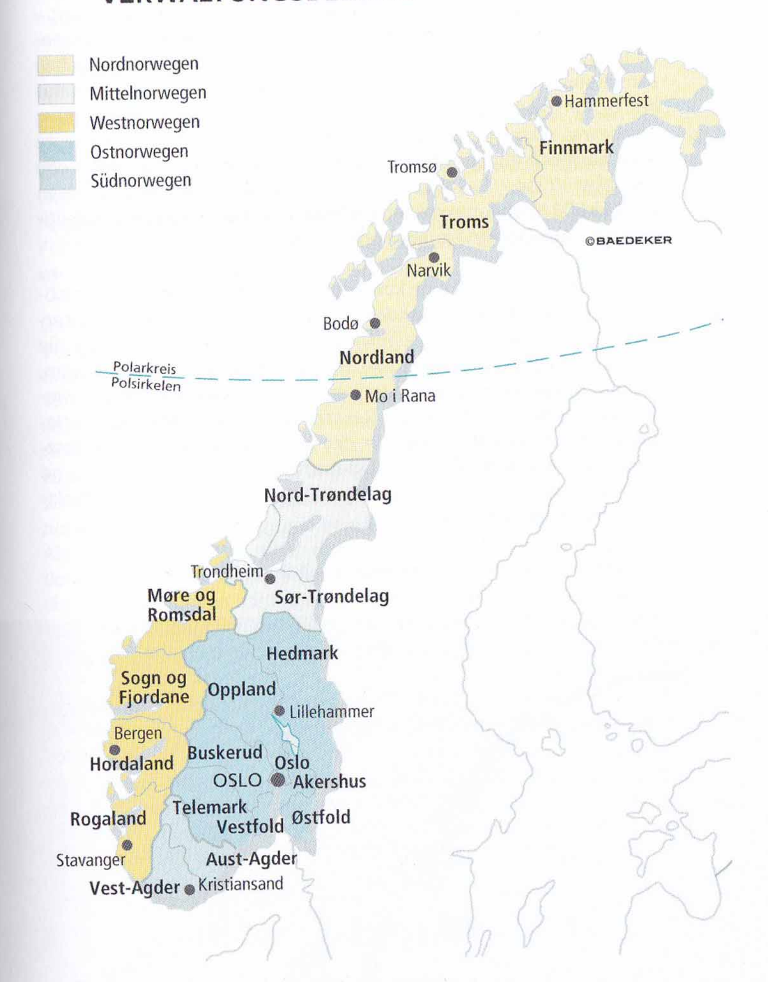
Unwegsamkeit und raues Klima ließen stärkere Bevölkerungskonzentrationen nur an wenigen Stellen des Landes entstehen. Fast die Hälfte der Bevölkerung Norwegens lebt im siedlungsfreundlichen Gebiet um den Oslofjord. Am dünnsten besiedelt ist die Finnmark mit knapp zwei Einwohnern je Quadratkilometer.

Landflucht

Der Übergang von einer Gesellschaft der Fischer und Bauern zur modernen Industriegesellschaft, der Ende des 19. Jh.s einsetzte, vollzog sich zunächst in ruhigen Bahnen und ohne Ausbildung von »Klassen«. Seit einiger Zeit verläuft der gesellschaftliche Wandel jedoch nicht ohne Reibung. Die Landesplanung hat sich mit einer sehr ausgeprägten **Zentrum-Peripherie-Problematik** auseinanderzusetzen. Für die bevölkerungsarmen und strukturschwachen Gegenden im Inneren Westnorwegens und ganz Nordnorwegens mussten kostspielige Infrastruktur- und Subventionsprogramme (besonders für die Landwirtschaft und Fischerei) aufgelegt werden, um die hier lebenden Menschen zum Bleiben zu bewegen.

Der Ölboom und seine Folgen

Seit dem Beginn der Erdöl- und Erdgasförderung vor der norwegischen Küste in den 1970er-Jahren zeichnet sich eine Strukturveränderung ab, die neue Probleme für die staatlichen Planer heraufbeschworen hat. Küstensiedlungen und Städte wie Stavanger, Bergen und Trondheim sind sehr rasch gewachsen, was nicht nur zu erheblichen Anpassungsproblemen seitens der Bevölkerung, sondern auch zu Umweltproblemen geführt hat.



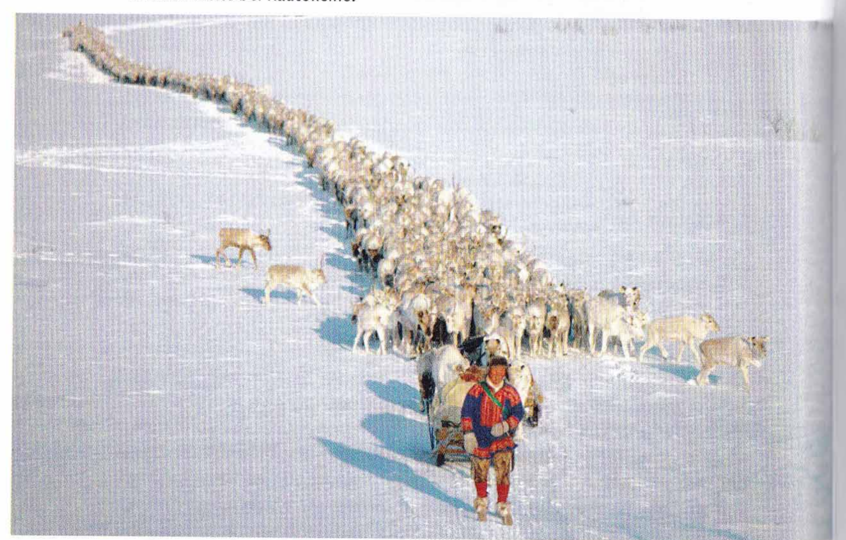
Einwanderung

Norwegen ist ein traditionelles Auswandererland. In der zweiten Hälfte des 19. Jh.s wanderten fast 1 Mio. Norweger v. a. nach Nordamerika aus. In den letzten zehn Jahren hat sich die Zahl der Einwanderer allerdings fast verdoppelt. Fast 15 Prozent der Bevölkerung stammen heute aus anderen Ländern, die meisten davon aus Polen, Litauen und Somalia.

Samen Die Samen – wichtigste Minderheit unter den norwegischen Staatsbürgern und vor allem in den nördlichen Landesteilen angesiedelt – haben seit 1989 ein eigenes Parlament, das sich mit den Angelegenheiten dieser Volksgruppe beschäftigt. Die offiziellen norwegischen Landessprachen, das an das Dänische angelehnte »Bokmål« und das im 19. Jh. aus norwegischen Dialekten konstruierte »Nynorsk«, muss zwar jeder Norweger beherrschen, doch den Samen wird heute auch **Samisch als Schulfach** angeboten (mehr zu den Samen siehe Baedeker Wissen, S. 168 und S. 402). Eine zweite Minderheit bilden rund 12 000 Nachkommen der **Kwänen** (Kvener), die aus dem Baltikum bzw. aus Finnland zugewandert sind.

König an der Spitze Norwegen ist seit 1814 eine konstitutionelle **Erbmonarchie**. Der König (seit 1991 Harald V.) bildet zusammen mit dem auf die Unterstützung des Parlaments angewiesenen Staatsrat (Regierung) die Exekutive. Gegen Parlamentsbeschlüsse kann er sein **Veto** einlegen, das durch den neuen Beschluss eines neu gewählten Parlaments wieder aufgehoben werden kann. Gesetze erlässt das **Storting** (Parlament), dessen 165 Mitglieder für vier Jahre gewählt werden. Gesetzentwürfe werden zunächst im Odelsting (Unterhaus) beraten und kommen dann ins Lagting (Oberhaus), dem ein Viertel der Parlamentarier angehört.

Ein immer seltenerer Anblick: Ein Same zieht mit seinen Rentieren durch die endlose Weite bei Kautokeino.



Sonderfall Svalbard Eine administrative Besonderheit Norwegens ist Svalbard im Eismeer. Dazu gehören Spitzbergen und die Bäreninsel. Zwar besitzt Norwegen seit 1920 (Svalbard-Traktat) die Souveränität auf dieser Inselgruppe, doch leben hier auch viele russische Staatsbürger.

Enorme Macht für den Staat Zahlreiche Großbetriebe gehören ganz oder teilweise dem Staat. Die Energieindustrie wird vom Staat kontrolliert, ein eigenes Öl- und Energieministerium zeigt die Bedeutung dieses Wirtschaftszweigs. Das Monopol auf die für die Gesellschaft lebenswichtigen Dienstleistungen hat neben der massiven Subventionspolitik in den Bereichen Fischerei und Landwirtschaft zu einer weiteren **Machtkonzentration** beim Staat geführt – einer der Gründe für das hohe Steuerniveau.

Nein zur EU Das internationale Engagement Norwegens konzentriert sich auf die **Vereinten Nationen**. Norwegen gab als Folge der Erfahrungen des Zweiten Weltkriegs seine traditionelle Neutralität auf und gehörte 1949 zu den Gründungsmitgliedern der **NATO**. 1993 sprach sich das norwegische Parlament für die Annahme des EWR-Vertrags aus. Darin haben sich die Staaten der EFTA und der früheren EG (jetzt **Europäische Union**/EU) über die Bildung eines Europäischen Wirtschaftsraums (EWR) verständigt. 1972 und 1994 sprach sich das norwegische Volk aber gegen eine Vollmitgliedschaft in der EU aus. Als Mitglied des EWR muss das Land alle Entscheidungen der EU übernehmen, kann aber als Nicht-Mitglied der EU keinen Einfluss auf die Entscheidungen nehmen. In internationalen Angelegenheiten stimmt sich Norwegen mit den anderen Mitgliedern des **Nordischen Rats**, dem auch Schweden, Dänemark und Finnland angehören, ab.

Stellung der Frau Traditionell stark ist in Norwegen die Stellung der Frau. Als eines der ersten Länder der Welt hat Norwegen bereits **1913** das **Frauenwahlrecht** eingeführt. 1981 wurde Gro Harlem Brundtland (▶ Interessante Menschen) zur ersten Ministerpräsidentin gewählt. Seit 2005 müssen norwegische Unternehmen eine Frauenquote in den Aufsichtsräten von 40 Prozent aufweisen, auch in den Vorständen der Staatsbetriebe ist diese Frauenquote Pflicht.

Wirtschaft: Auf der Suche nach neuen Quellen

Wirtschaftlich äußerst stark Norwegen ist mit einem Bruttoinlandsprodukt von gut 70 000 Euro pro Kopf (Schätzung 2021) eines der reichsten Länder der Welt. Erdöl- und gas, Schifffahrt und Fischerei sind die wichtigsten Wirtschaftszweige. Seine wirtschaftliche Stärke verdankt das Land insbesondere den Öl- und Gasvorkommen in der Nordsee. Beinahe die Hälfte der Güterausfuhr stammt aus dem Ölgeschäft und seiner Zulieferindustrie. Durch den Verfall des Ölpreises auf dem Weltmarkt

SUMPFLEUTE IM HOHEN NORDEN



Bereits vor vier Jahrtausenden sind die Samen aus dem Uralgebiet nach Nordskandinavien gewandert. Sie betrachten sich als Urbevölkerung in Norwegen, Schweden und Finnland, sind dort heute aber eine ethnische Minderheit. Rentiere wie ihre Vorväter züchten nur noch die wenigsten, doch ihre Sprache und Kultur wird gepflegt. So hat sich hier noch der Joik-Gesang erhalten, und bei traditionellen Festen tragen die Samen ihre bunte Tracht.

»Sumpfleute« (Sámi, Sapme, Sámit, Samen) nennen sich die Bewohner Nordnorwegens selbst. Insgesamt wird die Zahl der Menschen mit mehr oder minder starkem samischem Einschlag auf ca. 80 000 Personen geschätzt, von denen etwa die Hälfte in Norwegen lebt. Als Rentierzüchter, Jäger und Schneeschuhläufer werden sie bereits im 1. Jh. n. Chr. von Tacitus erwähnt, und auch in den isländischen Sagas tauchen die Samen auf.

Religion und Sprache

Ursprünglich waren sie ein Jäger- und Hirtenvolk mit einer Naturreligion. Der **Schamane** mit der Trommel, der sog. Noai'di, vermittelte zwischen Menschen und Göttern. Seit dem 16. Jh. fand eine immer stärkere **skandinavische Kolonisierung** der samischen Gebiete statt. Die Christianisierung, territoriale Machtkämpfe sowie eine allmähliche Besiedlung des hohen Nordens drängten die Samen und ihre vom Schamanismus geprägte Kultur und Lebensweise immer weiter ab. Diese Politik führte auch zum langsamen Verlust der samischen Sprache; ein Prozess, der erst in den 1960er-Jahren aufgehalten wurde. Seitdem darf das Samische, das nicht mit dem Germanischen verwandt ist, sondern zur finno-ugrischen Sprachfamilie gehört, an den Schulen unterrichtet werden. Norwegisch und Samisch wurden 1990 in verschiedenen nordnorwegischen Kommunen als gleichberechtigte Amtssprachen eingeführt. So wurde den Samen wieder das Recht zugestanden, ihre eigene Kultur aufrechtzuerhalten.

Die Samen heute

Aufgrund der viele Jahrhunderte währenden Assimilierung leben die meisten Samen inzwischen wie andere Norweger auch von Landwirtschaft oder Fischfang, arbeiten als Lehrer oder Busfahrer. Weniger als ein Zehntel der norwegischen Samen ziehen heute noch wie einst als **Rentierzüchter** mit ihren Herden durch Sápmi oder Sámiid eanan (Land der Samen). Sie sind es vor allem, die das samische Kulturerbe erhalten. Nur im Sommer leben die Samen vielfach noch in Gammen (kleine Holz- oder Erdhütten) oder auch in Zelten, die oben eine Öffnung für den Rauchabzug haben. Als Verkehrsmittel kommt im Winter manchmal noch der »pulk« zum Einsatz, ein bootförmiger Schlitten, der von einem Rentier gezogen wird. So manches samische Kulturgut ist auch bei Touristen sehr begehrt. Gerne gekauft werden Rentierfell- und Zinnarbeiten, bunte Bandwebereien, Teppiche, Schnitzereien aus Horn und

Knochen sowie Birkenrindearbeiten. Die Tracht der Samen besteht aus einem knielangen Rock, der mit roten und gelben Borten besetzt ist, und eng anliegenden Tuchhosen. Dazu gehört eine Stoffmütze, die bei den norwegischen Samen mehrere Zipfel aufweist. Die Schuhe sind aus weichem Leder gefertigt und haben aufgebogene Spitzen. Vor allem der sogenannte **Joik** ist ein wichtiges Element der samischen Tradition. Dieser monotone, aber sehr rhythmische Obertongesang beschreibt lautmalerisch Plätze, Personen oder Landschaften. Seine Wurzeln gehen vermutlich bis in die Steinzeit zurück. Die Kirche verbot ihn Anfang des 17. Jh.s, weil sie dahinter teuflische Zauberei vermutete. Diese Ächtung wurde erst in den 1980er-Jahren aufgehoben, als man den Joik auch im Musikunterricht im Samenland wieder thematisieren durfte.

Selbstbewusst und stolz

Um 1980 wurde die Weltöffentlichkeit auf die Samen aufmerksam, als die norwegische Regierung den Bau eines Staudamms am nordnorwegischen Altaelv plante, durch den große Flächen überflutet worden wären. Zusammen mit Umweltschützern leisteten die Samen jahrelangen Widerstand gegen dieses Prestigeprojekt, das dann in bedeutend kleineren Dimensionen als geplant verwirklicht wurde. Durch diesen Erfolg entstand eine neue Solidarität unter den Samen, ein neuer Stolz auf die eigene Kultur und Tradition erwuchs. Eine Folge war die Einrichtung des **samischen Parlaments** 1989 in Karasjok. Die Mitarbeiter dieser und anderer Institutionen haben mittlerweile bessere Möglichkeiten, ihre Interessen bei der norwegischen Regierung durchzusetzen.

Ein Wald von Geweihen: Seit Jahrhunderten sind die Samen mit den Rentieren eng verbunden. Heute sind es jedoch weniger als zehn Prozent, die von der Rentierzucht leben.



sehen aber viele düstere Zukunftsaussichten für die norwegische Wirtschaft. Schifffahrt und Fischerei hingegen bläst inzwischen ebenfalls ein ziemlich rauer Wind ins Gesicht. Die norwegischen **Lohnkosten** sind die höchsten der Welt, kein anderes Land hat niedrigere Jahresarbeitszeiten, alles ist in Norwegen **sehr teuer** (das sollten auch Urlauber bedenken!), die Steuern sind hoch.

Erdöl, Erdgas

Obwohl die Exploration in der Nordsee vor Norwegen erst 1963 begann, spielt die Erdöl- und Erdgasförderung eine dominante wirtschaftliche Rolle. Norwegen nimmt den 13. Platz unter den erdöl- und den achten unter den erdgasfördernden Staaten weltweit ein (▶Baedeker Wissen, S. 406); gemessen am Bruttoinlandsprodukt ist Norwegen sogar die Nummer drei der öl- und gasexportierenden Länder. Den so lange Zeit sprudelnden, allmählich aber versiegenden Geldsegen aus dem Ölgeschäft dirigiert der Staat: Knapp ein Viertel der Steuereinnahmen fließt in den Staatshaushalt, der Rest in einen Staatsfond, der 2006 aus dem Staatlichen Pensionsfonds und dem 1990 gegründeten Ölfonds zusammengelegt wurde, der die Renten der zukünftigen Generationen sichern soll. Wegen der auch für Norwegen schwierigen wirtschaftlichen Situation der letzten Jahre musste dieser Fonds allerdings bereits angetastet werden. Das größte norwegische Ölfördergebiet namens **Troll-Feld** deckt ein Siebtel des gesamten europäischen Bedarfs. Große wirtschaftliche Bedeutung haben auch das 240 km südwestlich vor Stavanger gelegene **Ekofisk-Feld**, das westlich von Bergen gelegene **Frigg-Feld**, das **Statford-Feld** in der Höhe der Sognefjord-Mündung sowie die Felder **Schneewittchen** und **Goliath** vor Hammerfest. Ekofisk, das erste norwegische Öl- und Gasfeld, gilt heute als nationales Kulturgut.

Neue Quellen

Angesichts sinkender Vorräte der traditionellen Ölfelder – so ist die Produktion in den letzten eineinhalb Jahrzehnten um rund die Hälfte zurückgegangen – sucht Norwegen neue Quellen. In den Fokus geraten ist Jan Mayen, eine 373 km² große Insel rund 900 km nordwestlich von Norwegen. Vor der Insel, die zu einem Drittel vergletschert ist, haben erste Probebohrungen begonnen. Mittlerweile hat sich die Explorations- und Fördertätigkeit bis ins Polarmeer verlagert: Die arktische See, so amerikanische Forscher, birgt vermutlich ein Viertel der weltweiten Erdöl- und Erdgasreserven. Im Grenzgebiet zu Russland liegt mit **Stockmann** zudem das größte bekannte Erdgasfeld der Welt. Im September 2010 haben sich Norwegen und Russland auf den Grenzverlauf und über die neue Zusammenarbeit in der gas- und fischreichen Barentssee geeinigt.

Aquakulturen

Nach Erdöl und Erdgas sind Fisch und Fischerzeugnisse die wichtigsten Exportartikel Norwegens. Größte Märkte sind Frankreich und Russland. Mehr als die Hälfte wird dabei durch den Export von Zuchtlachs und Zuchtforellen aus den **Aquafarmen** erwirtschaftet. Norwegen ist der **weltgrößte Züchter von Atlantik-Lachs**, und der ist ausgesprochen begehrt. Die moderne Aquakultur gilt in Norwegen als Innovation. Inzwischen gibt es um die 1200 derartige Betriebe, die mittlerweile mehr produzieren, als gebraucht wird. Der Preisverfall für Lachs und beträchtliche Absatzprobleme brachten für viele Fischfarmer das wirtschaftliche Aus.
Heute werden Antibiotika kaum noch eingesetzt, außerdem werden Farmen in engen Fjorden vermieden, sodass das Wasser nicht mehr überdüngt ist. Dennoch wird die biotechnologische Grundlagenforschung weiter vorangetrieben. Ein neuer Zuchtfisch ist der Eismeersaibling. Mittlerweile werden auch Heilbutt, Seezunge, diverse Krustentiere und Muscheln in Aquakulturen gezogen.

Fischerei

Norwegen ist auch die bedeutendste Fischerei-Nation Europas. Heute wird nach Lodde (ein Lachsfisch), Kabeljau (▶Baedeker Wissen S. 204), Makrele, Schellfisch und Seelachs gefischt. Fischmehl, Fischöl und Fischkonserven sind Produkte der fischverarbeitenden Industrie, doch hat sich die Zahl der Fischfabriken in den letzten zweieinhalb Jahrzehnten um fast ein Drittel verringert. Die Küstenfischerei, insbesondere im Bereich der Lofoten, ist rückläufig. Hering und Kabeljau haben bei der Hochseefischerei etwas an Bedeutung verloren. Auch der **Walfang** (▶ Baedeker Wissen S. 370), den Norwegen 1993 wieder aufgenommen hat, steht nach wie vor stark unter dem Druck der internationalen Öffentlichkeit. Allerdings sind es eher wirtschaftliche Gründe, die den Walfang stark zurückgehen lassen: Es lohnt sich einfach nicht mehr. Auch in Norwegen selbst werden kaum noch Walprodukte konsumiert.

Abhängig von Öl und Gas

Der technologische Wandel und die veränderten Weltmarktbedingungen führten dazu, dass einst bedeutende Industriezweige wie Schiffbau-, Sägewerks-, Glashütten- und Nahrungsmittelindustrie stark an Gewicht verloren. Norwegen hat es bislang nicht geschafft, seine Abhängigkeit vom Nordseeöl und -erdgas und von der Fischereiwirtschaft abzubauen und stärker zu diversifizieren.

Schiffbau

Die bedeutendsten Standorte des Schiffbaus befinden sich heute bei Stavanger, Bergen und Trondheim. Dort hat der traditionelle Wirtschaftszweig stark vom Ölboom profitiert. Die große Nachfrage nach **Offshore-Equipment** wie z. B. Bohrplattformen und Tankerausrüstungen haben dynamische Entwicklungen ausgelöst. Norwegen beweist sich hier auch als fortschrittliches Land: Das Zurechtkommen mit schwierigen Offshore-Förderbedingungen hat inzwischen dazu geführt, dass norwegische Technologie rund um den Globus gefragt ist. Auch wurden die ersten **Öltanker** mit doppelter Wand in Norwegen gebaut.

ÖL UND GAS AUS DEM MEER

BAEDEKER WISSEN

Glückliches Norwegen! Vor seiner Küste liegen riesige unterseeische Öl- und Gasfelder, aber fast 95 % seines Strombedarfs gewinnt das Land aus Wasserkraft. Also wird das Öl verkauft: Norwegen ist die Nr. 13 unter den Erdöl produzierenden Staaten und die Nr. 8 bei Erdgas.

Bohrturm

Druckgas-förderanlage

Funkmast

Hubschrauber-Landeplatz

Abfackeln von Begleitgasen

Rettungs-boot

Ölverarbeitung

BØRERIGG NO 4 DLXA

Arbeitsbedingungen auf einer Bohrinsel
2 Wochen Arbeit, danach 2 Wochen Urlaub

Schichtdauer 12 St.

Freie Kost und Logis

Verdienst: ca. 6000 €/Monat

Plattformtypen für unterschiedliche Bohrtiefen

Hubplatt-form fest verankert, aber vertikal beweglich

Festplatt-form

Tension Leg schwimmt auf Pontons, mit Stahltrossen verankert

Halbtaucher schwimmt auf Pontons, computer-gesteuerte Positionierung

Bohrschiff

Hubplatt-form	Festplatt-form	Tension Leg	Halbtaucher	Bohrschiff
ca. 120–170 m	bis ca. 500 m	ca. 150–1500 m	ca. 50–3000 m	bis ca. 3600 m

Lage der norwegischen Erdöl- und Erdgasfelder

Erdgas

Erdöl

Barentssee

Tromsø

Nordmeer

Bodø

Trondheim

SCHWEDEN

FINNLAND

NORWEGEN

Nordsee

Bergen

Oslo

Stavanger

Stockholm

Top Ten Erdgasförderung
in Mio. m³, 2020

USA
Russland
Iran
China
Kanada
Qatar
Australien
Norwegen
Saudi-Arabien
Algerien

0 200 400 600 800 1000

Top Ten Erölförderung
in Mio. Barrel/Tag, 2020

USA
Russland
Saudi-Arabien
Kanada
Irak
China
VAE
Brasil.
Iran
Kuwait

0 2 4 6 8 10 12

Erdgas

Erdöl

Alte Seefahrernation Norwegen hat überragende Bedeutung als Schifffahrtsnation. Norwegische Reedereien besitzen über 2000 Schiffe, somit **die siebtgrößte Handelsflotte** der Welt (wobei ein Fünftel unter Billigflagge fährt). Auch in der internationalen Passagierschifffahrt, besonders in der lukrativen **Kreuzschifffahrt**, spielen norwegische Reedereien die erste Geige. Legendär sind die Hurtigruten, längst nicht mehr nur Postschiffe, sondern mittlerweile eine weltweit operierende Kreuzfahrtreederei.

Strom aus Wasserkraft Trotz der riesigen Erdöl- und Erdgasvorkommen spielen Wärmekraftwerke in Norwegen nur eine untergeordnete Rolle. Dank hoher Berge und Wasser können **fast 95 Prozent des Elektrizitätsbedarfs** von Wasserkraftwerken erzeugt werden, wovon auch die norwegische Hüttenindustrie stark profitiert.

Landwirtschaft Hohe Berge, Fjells und karge Böden sorgen dafür, dass nur drei Prozent des Staatsgebiets landwirtschaftlich nutzbar sind, z. B. die fruchtbaren Lehm- und Tonböden um den Oslofjord, den Trondheimfjord, den Mjøsa-See und auf dem Gebiet südlich von Stavanger. Im Westen konzentriert sich der Anbau auf die 40 bis 60 km breite küstennahe Strandfläche sowie auf schmale Streifen entlang der unteren Fjordtäler. Angebaut werden **Getreide, Kartoffeln** und Unterglas-Kulturen. Im Hardangerfjord-Gebiet spielt der **Obstbau** eine Rolle. Der Anbau dünnt nach Norden hin immer stärker zugunsten der Viehhaltung aus. Nördlich des Polarkreises haben daher nur noch die **Rentierhaltung**, die Schafzucht und die Pelztierhaltung wirtschaftliche Bedeutung. 80 Prozent der Nahrungs- und Genussmittel müssen heute eingeführt werden. Die norwegische Landwirtschaft kann nur durch **hohe Subventionen** am Leben erhalten werden.

Tourismus Im 18. Jh. war es der Lachs, der die ersten »Touristen« nach Norwegen lockte – meist britische Adelige, die die schwierige Anfahrt nicht schreckte. Heute, da die Anreise sehr viel leichter ist, erfreut sich Norwegen als Reiseland einer **großen Anziehungskraft**. Die Übernachtungszahlen sind in den letzten Jahren kontinuierlich gestiegen; die Tourismuswirtschaft wird immer wichtiger, zumal auch die Einnahmen aus der Erdölförderung zurückgehen. Nach den Schweden bilden die Deutschen mit 16 Prozent die zweitgrößte Gruppe ausländischer Touristen in Norwegen.
Einen schweren Einbruch des Tourismus erlebte auch Norwegen durch die Corona-Pandemie 2020/2021. Lange Zeit war das Land für Reisende vollständig gesperrt. Auch zum Nachbarland Schweden, das bei der Bekämpfung der Pandemie einen anderen Kurs gefahren hat, wurden die Grenzen zeitweise geschlossen. Für die Zeit nach der Pandemie setzt die Wirtschaft verstärkt auf nachhaltigen Tourismus mit sanften Aktiv-Ferienangeboten.

GESCHICHTE

Eiszeitjäger durchstreiften die Tundra, Wikinger bezwangen die Meere, doch dann musste sich das Land seinen Nachbarn beugen: Viele Jahrhunderte stand Norwegen unter Herrschaft der Dänen und Schweden, erst 1905 wurde das Land unabhängig. Den Rücken gestärkt durch Petrodollars, nimmt Norwegen heute eine sehr selbstbewusste Position in Europa ein.

Jäger, Bauern und Germanen

Steinzeit Als sich das Eis der Gletscher zurückzog, wanderten die ersten Menschen ein. Wie Funde von Fischfang- und Jagdgerät belegen, lebten bereits vor 10 000 Jahren Menschen an der norwegischen Küste. Bis hinauf zur Finnmark erstreckte sich ihr Siedlungsgebiet **(Kosma-Kultur)**, während das Landesinnere der Skandinavischen Halbinsel noch vereist war. Ob es sich bei diesen Jägern und Fischern um Vorfahren der Lappen bzw. Samen gehandelt hat, ist unklar.

Nordische Bronzezeit Aus der nordischen Bronzezeit (Nordischer Kreis) liegen auch bedeutende Funde aus Süd- und Westnorwegen vor. In dieser Zeit entstanden **Felsritzungen**, die man besonders an der Westseite des **Oslofjords** und in einem Streifen ostwärts von Trondheim nach

Geschichte erleben: Im Lofotr Viking Museum können Sie den Nachbau eines Langhauses besichtigen, wie sie einst Wikinger bewohnten.



EPOCHEN

JÄGER, BAUERN UND GERMANEN

10 000 – 2500 v. Chr.	Jäger und Sammler in Norwegen
ab 2500 v. Chr.	Erste Ackerbauern
1800 – 600 v. Chr.	Bronzezeit: Felszeichnungen
2. Jh. n. Chr.	Die Runenschrift wird erfunden.

NORWEGEN ENTSTEHT

um 872	Harald Schönhaar eint das Land.
8. – 11. Jh.	Wikinger verbreiten Angst und Schrecken.
10./11. Jh.	Gewaltsame Christianisierung der Bevölkerung
um 1250	Unter Håkon Håkonsson erreicht Norwegen den Höhepunkt seiner Macht.

UNTER DÄNISCHER HERRSCHAFT

1319	Das Land fällt zunächst an Schweden.
1397	Die Kalmarer Union vereinigt Norwegen, Dänemark und Schweden.
1387 – 1814	Norwegen gehört zu Dänemark.
1536	Reformation

UNION MIT SCHWEDEN

1814	Norwegen gibt sich am 17. Mai (Nationalfeiertag) eine liberale Verfassung.
1814 – 1905	Personalunion mit Schweden
1854	Eisenbahn zwischen Oslo und Eidsvoll

ZEIT DER WELTKRIEGE

1911	Roald Amundsen erreicht als Erster den Südpol.
1913	Das Frauenwahlrecht wird eingeführt.
1914 – 1918	Im Ersten Weltkrieg bleibt Norwegen neutral.
1940 – 1945	Norwegen ist von deutschen Truppen besetzt.

DER WEG INS 21. JAHRHUNDERT

1969	Das legendäre Ekofisk-Ölfeld wird entdeckt.
1972/1994	Nein zur Mitgliedschaft in der EG bzw. EU
1981	Gro Harlem Brundtland bekleidet als erste Frau das Amt der Ministerpäsidentin.
2001	Kronprinz Håkon heiratet Mette-Merit Tjessem.
2011	Der Rassist Anders Behring Breivik richtet in Oslo und auf der Insel Utøya ein unvorstellbares Blutbad an.
2015	Norwegen gleicht seine Klimaschutzziele der EU an.
2021	Nach den Parlamentswahlen im Oktober bildet Jonas Gahr Støre von der Arbeitspartei eine Minderheitsregierung mit der Zentrumspartei.

Schweden hinein findet. Auf ihnen sind meist Beutetiere wie Rentiere, Hirsche und Fische sowie in selteneren Fällen Menschen und Schiffe abgebildet. Aus dieser Epoche stammen auch **Grabhügel** mit reich ausgestatteten Gräbern von Toten aus Häuptlingsfamilien.

Germanen

Während der **Eisenzeit** dehnte sich der germanische Siedlungsraum in Norwegen bis zum Polarkreis aus. In den Fjordtälern entstanden Sippenverbände unter Kleinkönigen. Auch die **Völkerwanderungszeit** (400 – 550 n. Chr.) scheint für Norwegen eine unruhige Zeit gewesen zu sein, denn viele Volksstämme schufen sich Verteidigungssysteme, teilweise regelrechte Festungen. Am Ostufer des Mjøsa-Sees sieht man noch heute über 50 km hin verstreute Schanzenreste. In der Eisenzeit fand auch die **Gewinnung von Eisen** aus Sumpferz immer mehr Verbreitung. Vor allem die Technik der Waffenherstellung wurde verbessert. Die Kunst des Schreibens setzte sich ebenfalls immer mehr durch. Seit dem 2. Jh. n. Chr. sind **Runeninschriften** auf Schmuck und Geräten bekannt. Etwa am Ende des 4. Jh.s n. Chr. begann man in Norwegen Runen auch in Stein zu schlagen, u. a. in Felswände, aufrecht stehende Steine und Grabplatten. Während der Name »Scandinavia« erstmals bei Plinius d. Ä. auftaucht (um 75 n. Chr.), Tacitus auch Schweden (Suiones) und Finnen (Fenni) erwähnt, kennen ältere Lieder für den Stamm der Norweger keinen gemeinsamen Namen. Das spätere Wort »Norvegr« oder »Nordmann« deutet wohl mehr die Himmelsrichtung an.

Norwegen entsteht

Alle Macht in einer Hand

Bis zum 8. Jh. n. Chr. entstanden Dutzende kleiner Königtümer. Der aus einem alten Herrengeschlecht am Oslofjord stammende Harald Hårfagre (»Schönhaar«; 872 – 930) besiegte die anderen Kleinkönige und vereinigte um 872 West- und Südnorwegen unter seiner Herrschaft. Doch nach seinem Tod lebten die Kleinkönigreiche zum Teil wieder auf. In dieser Zeit unternahmen auch die **Wikinger** ihre spektakulären Kriegs- und Beutefahrten in weite Gebiete West- und Mitteleuropas sowie in den atlantischen Raum hinein.

Norwegens erste Stadt

Die Überreste der ersten norwegischen Stadt, Skiringssal, wurden von Archäologen in Kaupang im Fylke Vestfold gefunden. Man entdeckte Häuserreste, Brunnen und Latrinen, Schmuckstücke und Keramik – insgesamt mehr als 10 000 Funde. Anlass zu den Ausgrabungen gaben Berichte König Alfreds von England, die er niederschreiben ließ, als er Besuch von Ottar aus Hålogaland gegen Ende des 9. Jh.s bekam. Sciringes heal (Skiringssal) wird als Hafen mit Häusern beschrieben, wo Handel betrieben wurde und Lotsen und Handwerker ansässig waren.

DIE WIKINGER KOMMEN!

BAEDEKER WISSEN

Über drei Jahrhunderte versetzte dieser Ausruf ganz Europa in Angst und Schrecken. Die Wikinger unternahmen ausgedehnte Kriegs- und Beutezüge, die bis heute ihren Ruf begründen. Doch taten sie sich auch als Händler, Entdecker und begnadete Schiffsbauer hervor.

Ihren ersten blutigen Auftritt auf der Bühne der Geschichte hatten die Wikinger 793 n. Chr., als sie die prachtvolle englische Abtei Lindisfarne überfielen. 845 eroberten sie Paris, 862 Köln, und 882 plünderten sie die Stadt Trier. Die große Zeit der Wikinger (von altnordisch »vik« = Bucht), wie man heute die Nordgermanen des frühen Mittelalters zu bezeichnen pflegt, spannte sich vom 8. bis zum 11. Jahrhundert. Die »Nortmanni« (Nordmänner), wie die Nordgermanen in zeitgenössischen Berichten genannt werden, verließen ihre nordische Heimat und zogen ins übrige Europa und weit darüber hinaus.

Als Erste in Amerika

Die »Rus« (wohl das finnische Wort für die östlichen Nordmänner bzw. Schweden) zogen nach Südosten zu den slawischen Stämmen, trieben mit diesen Handel und ließen sich dort auch nieder. Sie gründeten **einen neuen »ru(s)ischen« Staat** und dehnten ihre Machtsphäre bis nach Konstantinopel und nach Bagdad aus. Die westlichen Nordmänner (Norweger) fuhren nach Südwesten, ließen sich in den fast unbewohnten Gegenden Schottlands nieder, ebenso auf den Shetland-Inseln, den Orkneys und den Hebriden. Von dort aus überfielen und besiedelten sie England und Irland. Jahrzehntelang pressten sie den Bewohnern der französischen Nordwestküste Tribute ab, bis ihnen der französische König das Land als Lehen gab: die **Norman**, das »Land, in dem die Normannen herrschen«. Sie überfielen Spanien, Italien und drangen bis nach Antiochien vor, sie besiedelten Island, das bis dahin unbewohnt gewesen war, und brachten dort die nordgermanische Kultur zu ihrer größten Blüte. Ihre Abenteuerlust trieb sie immer weiter. Von Island aus entdeckte Erik der Rote Grönland, wo sich bald viele Norweger niederließen. **Leifur (Leif) Eriksson**, sein Sohn, verließ im Jahr 992 Grönland, drang nach Westen vor und landete in Neufundland, das heute die östlichste Provinz Kanadas ist. Demnach haben die Wikinger **500 Jahre vor Kolumbus** Amerika entdeckt.

Auszug in die Welt

Was hatte die lange Zeit relativ friedlich lebenden Nordmänner plötzlich in die Welt hinausgetrieben? Eine wichtige Rolle spielte in der bäuerlichen nordischen Gesellschaft das Erbrecht. Jeweils **der älteste Sohn erbte** den Hof, die anderen mussten sich ihr Auskommen selber suchen. Zum anderen wurde Ende des 8. Jh.s das Klima wärmer, die Winter milder, weswegen die Felder besser genutzt werden konnten. Mehr Getreide bedeutete weniger Hunger und größeres **Bevölkerungswachstum**. Da die Ausdehnung der landwirtschaftlichen Nutzfläche nicht mit dem Bevölkerungswachstum Schritt halten konnte, waren viele Nordmänner gezwungen, in der Fremde als Händler und Kolonisten oder als gefürchtete Krieger und Plünderer für ihren Unterhalt zu sorgen.

Geniale Seefahrer

Dass die Wikinger so erfolgreich die Welt erobern konnten, lag in erster Linie an ihrer Überlegenheit auf See. Auf den Weltmeeren waren sie zu Hause, sie erwiesen sich als hervorragende Seeleute und ihre langen, dennoch sehr wendigen **Drachenboote** waren die seetüchtigsten Schiffe ihrer Zeit (▶ Baedeker Wissen, S. 274). Der 20 bis 25 m lange und etwa 3 bis 5 m breite Rumpf war mit gleichartigem Bug und Heck versehen, was ein Steuern bei Vorwärts- wie auch bei Rückwärtsfahrt erlaubte. Die leichten und dennoch stabil gebauten Holzboote hatten geringen Tiefgang, konnten schnell ans Ufer oder gar über Land gezogen werden. Die bessere Technik allein erklärt den kriegerischen Siegeszug der Wikinger allerdings noch nicht ganz. Eine weltanschauliche Komponente könnte mitentscheidend gewesen sein. Ganz Skandinavien war bis weit ins Mittelalter hinein heidnisch geblieben. Im Götterhimmel der Nordmänner herrschte Odin, der Gott der Dichtkunst und des Krieges. Er entschied, wer auf dem Schlachtfeld sterben sollte, und nahm die Tapfersten zu sich ins Paradies, nach Valhall (Walhalla). Die Wikinger suchten daher den Kampf und den Tod mit der Waffe in der Hand richtiggehend, um nach Valhall zu gelangen – und um dort, zusammen mit den Göttern, **eine letzte große Schlacht** gegen die dunklen Mächte des Kosmos zu schlagen.

»Leif Erikson entdeckt Amerika«, Gemälde von Christian Krohg (1893), ausgestellt im Seefahrtsmuseum Oslo.



Christianisierung

Rund zwei Jahrhunderte dauerte es, bis die gesamte heidnische Bevölkerung den christlichen Glauben angenommen hatte. Als besonders hartnäckige Gegner der im ausgehenden 10. Jh. beginnenden Missionierung erwiesen sich die Jarle (Kleinkönige) von Trondheim, die an den überlieferten Traditionen festhalten wollten. Doch mit oft an Grausamkeit grenzender Härte setzte König **Olav Haraldsson** (1015 – 1030) die Reichseinheit und das Christentum durch. Er kämpfte gegen die Dänen und die Trondheimer, wurde 1028 vertrieben, versuchte zurückzukehren und fiel 1030 in der **Schlacht bei Stiklestad**. Bald darauf wurde er als Märtyrer verehrt und zum norwegischen Nationalhelden bzw. -heiligen erhoben. Als **Olav der Heilige** und Norwegens ewiger König ging er in die Geschichte ein, sein Leichnam wurde in Nidaros (dem heutigen Trondheim) bestattet. Über seinem Grab errichtete man den **Nidarosdom**, das größte mittelalterliche Bauwerk Skandinaviens. Kurz vor 1100 entstanden die ersten Bistümer im Königreich, unter ihnen das Bistum Nidaros, das 1152 Erzbistum wurde und die Bildung einer Nationalkirche einleitete. Die Macht der Kirche wuchs bald so sehr, dass diese den Anspruch erheben konnte, die Krone als Lehen zu vergeben.

Håkon Håkonsson

Unter Håkon Håkonsson (1217 – 1263) erreichte das nun durch Erbmonarchie gefestigte norwegische Königtum den Höhepunkt seiner Macht. Die Krone kontrollierte den Adel, die Verwaltung wurde neu geordnet, die Bevölkerungszahl stieg, Städte entstanden oder wuchsen weiter und Norwegen erlangte mit der Eingliederung von Island, Grönland, den Färöern, den Hebriden und Teilen Schwedens seine **größte territoriale Ausdehnung**.

Unter dänischer Herrschaft

Verlust der Unabhängigkeit

Nachdem Norwegen bereits im 11. Jh. kurz unter dänischer Herrschaft gestanden hatte, kam es nach dem Erlöschen seines Königshauses 1319 an Schweden, denn laut Erbfolgerecht war der schwedische Thronfolger **Håkon VI.** (1340 – 1380) rechtmäßiger Erbe der norwegischen Krone. 1349 starben in Norwegen zwei Drittel der Bevölkerung an der Pest. Das Land war so geschwächt, als Håkon VI. **Margarethe von Dänemark**, Tochter des dänischen Königs Waldemar IV. Atterdag, heiratete, dass es für Margarethe 1389 nach dem Tod ihres Gemahls ein leichtes Spiel war, die Herrschaft über Dänemark, Schweden und Norwegen auf sich zu vereinigen. Die verfassungsmäßige Grundlage für diesen Staatenbund, in dem Norwegen seine Unabhängigkeit endgültig verlor, schuf Königin Margarethe 1397 mit der **Kalmarer Union**, in der die nordischen Länder gegen das Deutsche Reich vereinigt werden sollten.



MITFIEBERN

Sicher, Mittelalterspektakel gibt es viele. Aber wenn auf Norwegens größter Freilichtbühne in Stiklestad alljährlich um den 29. Juli, dem Todestag Olav Haraldssons, Hunderte Akteure die Schlacht bei Stiklestad bis in die Nacht hinein nachstellen, sollte man beobachten, wie Tausende von Zuschauern mitgehen, mitfiebern und mitfühlen. Denn hier geht es um die Geburt der norwegischen Nation. Info unter https://stiklestad.no.

Ein dänischer Landesteil

Im Gegensatz zu Schweden blieb Norwegen bis 1814 bei Dänemark. 1536 erfolgte die Auflösung des norwegischen Reichsrats, ab 1572 herrschte ein **dänischer Statthalter** in Norwegen. 1536 fand die **Reformation** Verbreitung. Dänisch wurde Amts-, Kirchen- und Schulsprache; das Altnorwegische lebte nur noch in Mundarten fort. Wirtschaftlich erlebte Norwegen zwar einen Aufschwung, doch der Handel im 15./16. Jh. wurde v. a. von der deutschen **Hanse** dominiert. Ab 1624 gewann der Bergbau an Bedeutung. Bei Kongsberg begann die Silberförderung, in Røros baute man von 1644 an Kupfer ab.

Erst Anfang des 19. Jh.s begehrten die Norweger gegen die dänische Herrschaft auf. Die von **Napoleon I.** 1806 verfügte Kontinentalsperre gegen England bewirkte im Gegenzug eine britische Blockade der norwegischen Küste, wodurch die Schifffahrt lahmgelegt wurde und bald zu wirtschaftlicher Not führte. Verständlich, dass Norwegen sich vom mit Napoleon verbündeten Dänemark lösen wollte. Nach der Niederlage Napoleons I. musste Dänemark im **Frieden von Kiel** Norwegen an Schweden abtreten. Nur die Färöer, Island und Grönland durfte Kopenhagen behalten; die einst zu Norwegen gehörenden Orkney- und Shetland-Inseln hatte der dänische König Christian I. schon im 15. Jh. an Schottland verpfändet.

Union mit Schweden

Eigene Verfassung

Die Norweger erkannten den Kieler Frieden jedoch nicht an, erklärten die Selbstständigkeit ihres Landes und gaben sich am 17. Mai 1814 (heute Nationalfeiertag) zu Eidsvoll eine liberale Verfassung. Erst nach dem **Einmarsch schwedischer Truppen** ins Land er-

klärten sich die Norweger bereit, die Personalunion mit Schweden zu akzeptieren. Dafür durften sie ihre neue Verfassung behalten.

Aufschwung der Wirtschaft

Seit Beginn der 1830er-Jahre erlebte Norwegen einen allgemeinen wirtschaftlichen Aufschwung. In den 1840er-Jahren wurden die ersten Textilfabriken und Maschinenwerkstätten gegründet; zwischen 1850 und 1880 stieg Norwegen dank seiner wachsenden Handelsflotte zu einer bedeutenden **Schifffahrtsnation** auf.

Norwegen wird unabhängig

Schweden gestand Norwegen die innere Selbstverwaltung zu. Die norwegische Reichsversammlung (Storting) durfte die Regierung ernennen und Gesetze erlassen, die der schwedische König allerdings ablehnen konnte. 1880 gelang es dem Storting, dieses Vetorecht aufzuheben, die Außenpolitik wurde aber weiterhin von Stockholm bestimmt. Als die Schifffahrtsnation Norwegen eigene Handelskonsulate im Ausland forderte, die Schweden dies ablehnten und das Storting 1905 mit Abspaltung drohte, verlangte Stockholm eine **Volksabstimmung** über die Zukunft der Union. 368 392 Norweger stimmten für die Auflösung der Union mit Schweden und nur 184 für den Erhalt, daher entließen die Schweden Norwegen widerspruchslos in die **Unabhängigkeit**.
In einer weiteren Abstimmung entschieden sich die Norweger für die Beibehaltung der Monarchie, und kurz darauf nahm Prinz Karl von Dänemark nach seiner Wahl zum norwegischen König den Namen Håkon an (reg. 1905 – 1957).

Zeit der Weltkriege

Vorkriegszeit

Zum Zeitpunkt der Unionsauflösung befand sich Norwegen in einem wirtschaftlichen Aufschwung. Auch in politischer Hinsicht entwickelte sich Norwegen zu einer der fortschrittlichsten und liberalsten Nationen Europas.

Erster Weltkrieg

Im Ersten Weltkrieg blieb Norwegen **neutral**. Unter dem deutschen **U-Boot-Krieg** hatte das Land sehr zu leiden. Die auch für die Versorgung der Bevölkerung lebensnotwendige Handelsflotte verlor durch U-Boot-Angriffe und durch die Verminung der Meere fast die Hälfte ihres Bestands. Die Kriegswirtschaft brachte den Norwegern, deren Fisch und Erze (bes. Kupfer) bei den Kriegsparteien heiß begehrt waren, aber auch eine Menge Geld ein.

Zweiter Weltkrieg

Auch im Zweiten Weltkrieg versuchte Norwegen neutral zu bleiben. Allerdings hatten Deutsche wie Alliierte größtes Interesse an einer Beherrschung der norwegischen Küste. Besonderes Augenmerk galt dem Hafen Narvik, über den Eisenerz aus Schweden nach Deutschland verschifft wurde. Nachdem britische Seestreitkräfte die **norwegischen Gewässer vermint** hatten, überfielen im April 1940 deutsche Truppen das Land. Die norwegische Armee zog sich zwar zurück, leistete aber erheblichen Widerstand, unterstützt von britischen, französischen und polnischen Expeditionskorps, besonders verlustreich Kä-beiim **Erzhafen Narvik**. Im Juni 1940 kapitulierte die norwegische Streitmacht, die königliche Familie und die Regierung gingen nach London ins **Exil**. Die deutschen Besatzer setzten eine Marionettenregierung unter Leitung des Faschistenführers **Vidkund Qusiing** ein.
Von Anfang an leisteten große Teile der norwegischen Bevölkerung heftigen Widerstand. Ende 1944 mussten sich die deutschen Truppen aus Nordnorwegen zurückziehen, am 8. Mai 1945 erfolgte ihre endgültige Kapitulation. Insgesamt 10 262 Norweger wurden während des Kriegs im Kampf oder in der Gefangenschaft getötet, viele Städte und Gemeinden waren durch Bomben oder Terrorbrände zerstört worden. Bereits im Juni 1945 kehrte König Håkon VII. aus dem Exil zurück; Quisling wurde im Oktober 1945 auf der Festung Akershus hingerichtet.

Der Weg ins 21. Jahrhundert

Wohlfahrtsstaat und Ölförderland

Der Wiederaufbau nach dem Krieg verlief unerwartet schnell: Bereits 1946 waren die Industrieproduktion und das Bruttosozialprodukt größer als im Jahr 1938, was den Aufbau eines Wohlfahrtsstaats nach schwedischem Modell ermöglichte. 1969 begann das Ölzeitalter, als die Erdöl- und Erdgasvorkommen des Ekofisk-Felds in der Nordsee (▶ Baedeker Wissen, S. 406) entdeckt wurden.

Norwegen und Europa

In den ersten Nachkriegsjahren hielt sich Norwegen außenpolitisch sehr zurück. Aber mit der Entwicklung des Kalten Kriegs und der Spannung zwischen Ost und West kam es zu einer Neuorientierung. 1949 trat das Gründungsmitglied der Vereinten Nationen (UN) der NATO bei. Anders als in Schweden und Finnland sprach sich 1972 und 1994 das Volk gegen eine Mitgliedschaft in der EG bzw. EU aus. Zu groß war wohl das Misstrauen des kleinen Volks im Norden gegen Unionen aller Art. Auch fürchteten viele, ihr ölreiches Land würde von Europa als Nettozahler vereinnahmt werden.

Monarchie im Fadenkreuz

Als der norwegische Thronfolger Håkon im Sommer 2001 seine Hochzeit mit Mette-Marit Tjessem Høiby plante, schlugen die Wellen der Empörung hoch. Nicht weil die Auserwählte eine Bürgerliche ist – auch König Harald selbst hatte sich einst für eine Nicht-Blaublütige entschieden. Vielmehr erhitzte das Vorleben von Mette-Marit – wilde Partys und ein außereheliches Kind mit einem vorbestraften Playboy – die Gemüter. Als dann 2001 die Vermählung stattfand, war alles vergessen. Der Jubel der Norweger kannte keine Grenzen. 2004 kam Ihre Königli-

che Hoheit Ingrid Alexandra zur Welt. Sie könnte ihrem Vater auf den Thron folgen, was Prinzessin Märtha Louise, dem erstgeborenen Kind des jetzigen Königs Harald V., noch nicht möglich war. 2005 wurde das zweite gemeinsame Kind geboren: Kronprinz Håkon Sverre Magnus von Norwegen. Bis zur Reform des Staatskirchenrechts im Jahr 2012 war König Harald V. auch das Oberhaupt der Norwegischen Kirche.

Kultur 2008 wird in Oslo der spektakuläre Neubau des Opernhauses eröffnet, das an ein Gebirge aus Eisschollen erinnert. Stavanger ist zudem Europäische Kulturhauptstadt.

Blutbad Am 22. Juli 2011 richtet der Rassist Anders Behring Breivik ein unvorstellbares Blutbad an. Durch ein Bombenattentat im Regierungsviertel von Olso sterben acht Menschen, anschließend erschießt er 69 überwiegend jugendliche Teilnehmer eines Sommerlagers auf der Insel Utøya. Der Schock, den die Norweger erleiden, könnte nicht größer sein, lebten sie doch bis dahin in einem friedlichen Land, mit beneidenswert niedriger Kriminalität. Umso erstaunlicher die Reaktion des norwegischen Ministerpräsidenten Stoltenberg auf das Attentat:

» Wir werden auf die Gewalt mit noch mehr Demokratie, noch mehr Offenheit antworten. «

Unter großer Anteilnahme der Öffentlichkeit wird 2012 sehr besonnen der Prozess gegen Breivik geführt, in dem er für den Mord an 77 Menschen zu 21 Jahren Haft mit anschließender Sicherungsverwahrung verurteilt wird.

Die letzten Jahre Bei der Parlamentswahl am 9. September 2013 verliert Ministerpräsident Jens Stoltenberg die Mehrheit und wird von einer bürgerlich-konservativen Koalition unter Erna Solberg abgelöst. Stoltenberg wechselt auf den Posten des NATO-Generalsekretärs. Zwar ist das Land nicht Mitglied der EU, doch wichtige Vorhaben werden mit den europäischen Nachbarn abgestimmt: So beschließt die Regierung 2015, die Treibhausgasemissionen bis zum Jahr 2030 um 40 % im Vergleich zu 1990 zu senken und damit ihre Klimaschutzziele denen der EU anzugleichen.
Auch Norwegen ist von der Corona-Pandemie schwer betroffen. Monatelang sind die Grenzen geschlossen, der Tourismus ist vollkommen zum Erliegen gekommen.
Bei den Parlamentswahlen im Oktober 2021 verlieren die Solberg Partei und die ihre Minderheitsregierung unterstützenden Kräfte. Der Führer der Arbeitspartei Jonas Gahr Støre bildet ebenfalls eine Minderheitsregierung mit der Zentrumspartei.

KUNSTGESCHICHTE

Mit den jungsteinzeitlichen Felszeichnungen des Arktischen Kreises, den Wikingerschiffen und den Stabkirchen haben die Norweger Einzigartiges geschaffen.

Kunst der Frühzeit

Jungsteinzeit Die Periode der Jungsteinzeit, in der sich der Übergang von der Kultur der Jäger und Sammlerinnen zur bäuerlichen Dorfkultur vollzog, ist in Skandinavien bis um 1800 v. Chr. anzusetzen. In dieser Zeit entstanden **Felsbilder** des sogenannten Arktischen Kreises. Viele dieser Felsbilder zeigen jagdbares Wild, relativ selten sind Menschen abge-



STEINZEITKÜNSTLER
Tiere, Menschen, Schiffe, Jagdszenen – tausende Steinritzungen haben die Steinzeitmenschen hoch oben am Altafjord hinterlassen. Nehmen Sie sich die Zeit und wandern dort den Küstenpfad entlang, vertiefen Sie sich in die Bilder: Warum haben die Menschen sich die Mühe gemacht, mit einfachen Werkzeugen den harten Stein zu bearbeiten? Was hat sich wohl in den Köpfen unserer Vorfahren abgespielt (▶ S. 56)?

bildet. Einige Forscher haben diese Felsbilder als **Zauberzeichnungen** interpretiert, die auf magische Weise zu Jagdglück verhelfen sollten, doch von welcher Absicht sich die archaischen Künstler leiten ließen, wird wohl unbekannt bleiben.

Germanische und Wikingerkunst

Die germanische Kunst umfasst nahezu drei Jahrtausende, sie reicht von der Bronzezeit, die in Skandinavien etwa zwischen 1800 v. Chr. und 600 v. Chr. anzusetzen ist, bis ins 10. Jh. n. Chr. Die Bronzezeit steht im Zeichen einer technischen Innovation:. Was in der Steinzeit noch aus Stein gefertigt war, wurde nun aus Metall hergestellt – Waffen, Geräte, Schmuckstücke. Die darstellende Kunst der Bronzezeit ist auch in **Felsbildern** erhalten: schematische Darstellungen kultischen Inhalts, die als festliche Aufzüge, rituelle Kampfspiele, Schlittenprozessionen, Schiffe, Pilger gedeutet werden – mit allen Vorbehalten.
Eine Blütezeit erlebte die germanische Kunst, als sich die ursprünglich recht nüchterne Verzierung zu organisch belebten Tierornamenten weiterentwickelte. Von der Zeitenwende bis um 350 n. Chr. erfreute man sich an Filigranem. Vornehmlich Fibeln wurden u. a. mit gekörnten Gold- oder Silberdrähten verziert. Bis ins 6. Jh. n. Chr. blühte die **Kerbschnittverzierung** auf: Die Verzierung wurde mit einem Grabstichel aus dem Metall herausgearbeitet. Ursprünglich wohl aus der Holzschnitzerei übernommen, hat sich diese Bearbeitungsart in der Volkskunst bis heute gehalten. Abstrakte **Tierornamentik** und Bandgeflecht herrschten vom 6. Jh. bis um 800 n. Chr. vor: Im **»Tierstil«** verschiedener Epochen fügten sich höchst abstrakte Tiergestalten zu kunstvollen ornamentalen Kompositionen. Tipp für alle, die in den verschlungenen Verzierungen auch das Tier entdecken wollen: Immer zuerst das relativ leicht zu erkennende Auge suchen, der Rest erschließt sich dann sehr viel einfacher.
Die **Kunst der Wikinger** (ca. 800 – 1100 n. Chr.) zeichnet sich ebenfalls durch Tierornamentik aus. Ihre technisch-kulturelle größte Leistung war der Bau des seegängigen **Kielboots** mit verstärkter Bodenplatte für Segelmast und Kiel anstelle des alten Ruderboots. Diese überlegene Schiffskonstruktion ermöglichte ihren unaufhaltsamen Aufstieg. Ein eindrucksvolles Beispiel des neuen Kielboottyps ist das **Osebergschiff** im Wikingerschiff-Museum in Oslo, das Schiffsgrab einer 834 n. Chr. beigesetzten norwegischen Fürstin (▶ S. 272). Ebenfalls zum Kielboottyp zählt das **Gokstadschiff** aus dem Grabhügel Kongshaugen in Sandar im Bezirk Vestfold, das heute ebenfalls im Wikingerschiff-Museum in Oslo gezeigt wird. Die Grabstätte enthielt neben dem 24 m langen Boot u. a. einen bekleideten Mann auf einem prachtvollen Bett und reiche Grabbeigaben. Mit dem endgültigen Sieg des Christentums über die germanisch-heidnische Religion verschwand auch die Tierornamentik. Die letzten Arbeiten entstammen der Zeit um 1100, zu sehen etwa an der **Stabkirche von Urnes** (um 1090).

Romanik und Gotik (11. – 15. Jh.)

Romanische Kirchen aus Stein

Die Christianisierung (um 1000) markierte den Endpunkt der germanisch-wikingischen Kunstentfaltung. Um 1160 wurde der Backsteinbau eingeführt. Kirchenbauten aus Stein kennzeichneten die **Macht des neuen Glaubens** und sind die besterhaltenen Baudenkmäler aus romanischer Zeit. Bevorzugte Baumaterialien waren Kalktuff und Granit. Die Steinbauten der Romanik, etwa der **Dom von Stavanger** (um 1130) und die **Kirche des Lyseklosters** (ab 1146), gehen auf englische Vorbilder zurück.

Stabkirchen

Traditioneller Baustoff in Norwegen ist Holz. Schon sehr früh brachten es die Handwerker dort zu großer Meisterschaft. Bei den Stabkirchen (▶ Baedeker Wissen, S. 84 und S. 178), deren Wände mit senkrecht gestellten Pfosten in Stabbauweise gefügt sind, lässt sich der **Einfluss des Schiffsbaus** nachweisen. Zu den ältesten Gotteshäusern aus Holz gehört die um das Jahr 1090 errichtete Stabkirche von Urnes. Die meisten der heute noch erhaltenen Stabkirchen findet man im Dreieck zwischen Oslo, Bergen und Trondheim.

Gotische Architektur

Der Architekturstil der gotischen Kirchen folgt vielfach französisch-spanischen Vorbildern. Einige Sakralbauten sind der deutschen **Backsteingotik** verpflichtet. Besonders nachhaltig ist in jener Zeit auch der englische Einfluss, wie das Beispiel des Doms von Trondheim (Neubau ab 1152) zeigt.

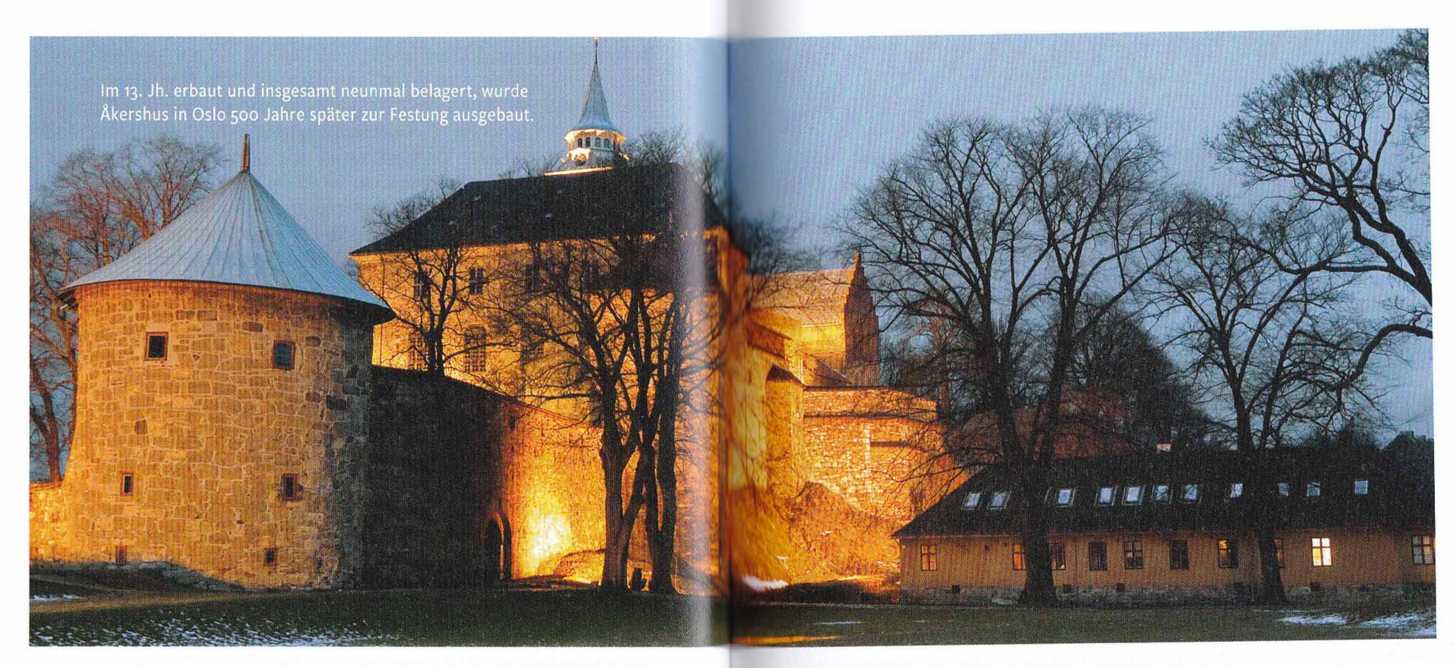
Gotische Malerei und Plastik

Die norwegische Malerei und Plastik des Mittelalters zeigen kaum eine eigene Note. Malereien sind vorwiegend in Form kirchlicher Wand- und Deckenmalerei erhalten. In den Schnitzereien der Stabkirchen lebt **altgermanische Ornamentik** fort. Im Spätmittelalter wurden Bildwerke eher aus den Niederlanden, aus Lübeck (Flügelaltäre) und England (u. a. Alabasterreliefs) eingeführt.

Renaissance und Barock (16. – 18. Jh.)

Festungsarchitektur

In Norwegen findet man nur wenige Bauzeugnisse der Renaissance, dafür aber bedeutende Barockbauten. Noch heute werden einige Städte von Festungsanlagen der Barockzeit beherrscht, die ihre militärische Bedeutung allerdings längst verloren haben. Herausragende Beispiele der barocken Festungsarchitektur sind die 1660 errichtete Festung **Åkershus** in Oslo, Festung **Kristiansten** (1681) von Trondheim, die um 1700 entstandene **Håkonshalle** in Bergen, die 1738 erbaute Festung **Vardøhus** (Nordnorwegen) sowie die Festung **Fredriksten** in Halden (Südnorwegen). Als komplett erhaltene Garnisonsstadt des 17. Jh.s bietet sich die Altstadt (Gamlebyen) von **Fredrikstad** dar.


Im 13. Jh. erbaut und insgesamt neunmal belagert, wurde Åkershus in Oslo 500 Jahre später zur Festung ausgebaut.

Holzarchitektur

Nach der **Erfindung der Aufziehsäge** Ende des 16. Jh.s war es möglich, Baumstämme in einzelne Bretter zu zerteilen. Damit konnte man den Blockhäusern eine schützende »Wetterhaut« geben und zudem bei der Gestaltung der Fassaden Stilrichtungen aus dem übrigen Europa nachbilden. Im 17. und 18. Jh. entstanden Holzhäuser mit Details in der Formensprache von Steinbauten. Beredtes Zeugnis legen heute noch die alten Holzbauten der Bergbaustadt Røros und die hanseatischen Kaufmannshäuser auf der Bryggen in Bergen ab. Der **Trondheimer Stiftsgården**, Prestigeobjekt einer reichen Kauffrau und das größte Holzbauwerk Norwegens, zeigt die höchst imposante Nachbildung einer barocken Steinfassade.

Kunst im 19. und 20. Jh.

Klassizismus

Nach der Auflösung der Union mit Dänemark entstand eine ganze Reihe von öffentlichen Gebäuden mit klassizistischem Gepräge, wobei aus Dänemark stammende Architekten führend waren: Hans Ditlev Franciscus von Linstow (1787 – 1851) erbaute von 1824 bis 1848 das königliche Schloss in Christiania (ab 1877 Kristiania, heute Oslo) und gestaltete die Karl Johans gate um, die Hauptstraße der norwegischen Hauptstadt. Die Gebäude der Universität stellte man 1852 nach den Plänen von Christian Heinrich Grosch (1801 – 1865) fertig. Auch die deutsche Burgenromantik hinterließ ihre Spuren. Besonders augenfällig kommt ihr Einfluss in der 1849 ebenfalls von konzipierten Basarhalle bei der Osloer Domkirche zur Geltung.

Schweizerstil

In der zweiten Hälfte des 19. Jh.s verbreitete sich der sog. Schweizerstil in Norwegen und entwickelte sich dabei – angereichert mit nordischen Motiven – zum norwegischen **Drachenstil**: Holzbauten mit überkragenden Dächern, Laubengängen und altnordische Ornamentik. Eines der schönsten Beispiele dieses Baustils ist das Restaurant **Frognerseteren** von Holm H. Munthe am Holmenkollen (1891; ▶ S. 248)).

Plastik

Bekannte Vertreter der Künstlergeneration im 19./20. Jh. sind die Bildhauer **Stephan Sinding** (1846 – 1922), **Ingebrigt Vik** (1867 bis 1927; ▶ Hardangerfjord) und vor allem **Gustav Vigeland**, dessen Skulpturen im Vigeland-Park in Oslo viele Besucher begeistern.

Malerei

Eindrucksvolle Leistungen gelangen den Norwegern auch in der Malerei. Noch in das 19. Jh. fällt die Schaffenszeit der Romantiker Jo-

hann Christian Dahl (1788 - 1857) und seines Schülers Thomas Fearnley (1802 - 1842). Johan Fredrik Eckersberg (1822 - 1870) und Hans Gude (1825 - 1903) schlossen sich der Düsseldorfer Schule an, während Gerhard Munthe (1849 - 1929), Erik Werenskiold (1855 - 1938) und Christian Krohg (1852 - 1925) französischen Vorbildern folgten. **Edvard Munch** (▶ Interessante Menschen) gilt als einer der Begründer des **Expressionismus**.

Gegenwart

Auch in der Gegenwartskunst sind zahlreiche norwegische Künstler vertreten. Namen wie Unni Askeland, Ludvig Eikaas, Mathias Feldbakken, Sverre Wyller, Ane Graff, Vibeke Tandberg und viele mehr sind über die Grenzen Norwegens hinaus bekannt.

Volkskunst

Holz-schnitzerei

Die Holzschnitzerei geht auf die Schnitzkunst der Wikinger zurück. Ihre berühmten Schiffe waren vom Bug bis zur Wasserlinie mit geschnitzten Tierköpfen, zumeist Drachenköpfen, und anderen Figuren geschmückt. Auch Gebrauchsgegenstände und Werkzeuge sind mit Schnitzwerk versehen worden. Im 12. Jh. begann in Norwegen, das inzwischen christianisiert war, der Kirchenbau. Die Holzschnitzer fanden an den neu errichteten Stabkirchen ein reiches Betätigungsfeld (▶ Baedeker Wissen S. 84 und S. 178). Zu den schönsten Beispielen dieser mittelalterlichen Handwerkskunst zählen bis heute die geschnitzten Portale und Fensterrahmen der Bauernhäuser. Holzhäuser, auch neu errichtete, werden an den Außenwänden mit Schnitzwerk versehen

Rosenmalerei

Eine weitere große Form der Volkskunst ist die Rosenmalerei, »Rosemaling«, die Teile des Hauses, Möbel und Haushaltsgegenstände schmückt. Zwar tauchen das Rosenmotiv und seine Variationen oft auf, doch daneben gibt es geometrische Figuren, Porträts und Landschaftsdarstellungen. Die ältesten noch erhaltenen Malereien stammen aus dem 17. Jahrhundert. Durch die Abgeschiedenheit der Täler entwickelte jede Siedlung einen eigenen Stil. Diese Stilmerkmale sind so individuell, dass Experten heute sehr genau Auskunft geben können über das Alter und die Herkunft einer Rosenmalerei. Möbel mit Rosenmalerei gehören daher zu den besonders begehrten Objekten des norwegischen Antiquitätenhandels.

Tracht

Die dritte große Form der norwegischen Volkskunst ist die Tracht, die auch heute noch sehr gern getragen wird, denn damit ist man - egal bei welchem Anlass - immer richtig gekleidet. Trachten werden von Generation zu Generation vererbt, wobei der Silbergürtel traditionell ein Geschenk der Eltern an die Schwiegertochter ist.

INTERESSANTE MENSCHEN

Erster Mensch am Südpol: Roald Amundsen

1872 - 1928
Polarforscher

Roald Amundsen war an der Erforschung sowohl der Nordpolarzone wie auch der Südpolargebiete beteiligt. Von 1897 bis 1899 nahm er an einer belgischen Südpolarexpedition teil. Nachdem er in Deutschland wissenschaftliche Studien betrieben und sich insbesondere mit der Technik der erdmagnetischen Messungen befasst hatte, erkundete er den nördlichen Magnetpol. Von 1903 bis 1906 durchfuhr Amundsen als Erster mit dem Schiff die **Nordwestpassage**, die kürzeste Verbindung zwischen Atlantik und Pazifik über den Norden Nordamerikas. Dann beteiligte er sich am Wettlauf zum Südpol: Im Januar 1911 landete der Forscher an der Küste der Antarktis (Ross-Barriere) und stieß mit Hundeschlitten über das Schelf- und Inlandeis zum Südpol vor, den er am 14. Dezember 1911 als erster Mensch erreichte. Als sein Rivale, der Engländer Robert Falcon Scott, am 17. Januar 1912 am Südpol ankam, wehte dort schon die Flagge der Norweger. 1918 bis 1920 gelang ihm auch die Fahrt durch die **Nordostpassage**. 1925 scheiterte er mit dem Versuch, den Nordpol im Flugzeug zu überfliegen, doch am 12. Mai 1926 gelang ihm dies als Mitglied der Mannschaft des Italieners Umberto Nobile an Bord des Luftschiffs **»Norge«**. Als Nobile 1928 mit der »Italia« in der Arktis havarierte, beteiligte sich Amundsen mit seinem Flugzeug an der Rettungsaktion. Seither ist er verschollen; das Flugzeugwrack wurde bis heute nicht gefunden.

Der große Realist: Bjørnstjerne Bjørnson

1832 - 1910
Schriftsteller

Der in Kvikne (Østerdalen) geborene Bjørnstjerne Bjørnson begann schon während des Studiums in Christiania (heute Oslo) Rezensionen und Feuilletons zu schreiben und war der »literarische Sprecher« seiner Generation. Bjørnson gehörte zu den großen Realisten der norwegischen Literatur und propagierte eine Kunstauffassung, die Natur und Dichtung als Einheit betrachtete, fern von Ästhetizismus und Radikalismus. Sehr erfolgreich waren seine **Bauerngeschichten** wie »Synnøve Solbakken« (1857), »Arne« (1859) und »En glad gut« (1860), die sich anregend auf die deutsche »Heimatkunst-Bewegung« auswirken sollten. Seine an die alten Sagas erinnernden Epen wie »Arnljot Gelline« (1870) wurden

gerne gelesen. In Deutschland wurde er mit **»En Fallit«** (1875, »Ein Fallissement«) bekannt. Als Journalist setzte er sich für die Loslösung Norwegens vom kulturellen Einfluss Dänemarks ebenso ein wie für eine Loslösung Norwegens vom politischen Einfluss Schwedens und forderte vehement eine unabhängige Republik Norwegen. Er hielt leidenschaftliche Plädoyers für den Weltfrieden, die Freiheit und die Unabhängigkeit des Individuums sowie der einzelnen Nationen. Von Bjørnson stammt der **Text der norwegischen Nationalhymne**: »Ja, vi elsker dette landet« (»Ja, wir lieben dieses Land«). 1903 erhielt er den **Nobelpreis für Literatur**. Bjørnson, der zeitlebens viel gereist war und lange in Deutschland, Italien, Frankreich und Amerika gelebt hatte, starb 1910 in Paris.

Kabinett der Frauen: Gro Harlem Brundtland

geb. 1939
Politikerin

Die Politikerin Gro Harlem Brundtland wurde in Oslo geboren. Schon als Schülerin trat sie der sozialdemokratischen Arbeiterpartei bei. Sie studierte Medizin und ging 1963 nach dem Studienabschluss für zwei Jahre zur Weiterbildung an die US-amerikanische Elite-Universität Harvard. 1974 wurde sie zur norwegischen Umweltministerin ernannt, im Jahr darauf zur Parteivorsitzenden der Arbeiterpartei gewählt und 1977 in das norwegische Parlament (Storting) berufen. Als Präsidentin einer internationalen Kommission für **Umwelt und Entwicklung** erlangte sie große Anerkennung. Als die norwegische Mitte-Rechts-Koalition zurücktreten musste, wurde Gro Harlem Brundtland **Ministerpräsidentin** einer Minderheitsregierung der Arbeiterpartei. Sie berief – was selbst im relativ emanzipierten Norwegen Aufsehen erregte – nicht weniger als acht Frauen (von insgesamt 18 Ministern) in ihr Kabinett. Nach dreimaliger Wahl zur Ministerpräsidentin und insgesamt 15 Jahren Regierungsarbeit trat Brundtland 1996 überraschend von ihrem Amt zurück.

Entdecker Grönlands: Erik der Rote

ca. 950 – 1007
Wikinger

Die Wikinger, auch Normannen oder Nordmannen genannt, drangen vom 8. bis 11. Jh. von Skandinavien als Seeräuber, Kaufleute und Eroberer zu den Küsten Europas vor. Erik (Erich) der Rote, ein norwegischer Wikinger, erreichte Island und landete im Jahr 982 auf der Insel Grönland, der er den Namen gab – »Grönland« bedeutet **»grünes Land«**. Im Südwesten der Insel gründete er 985 mit seinen Gefolgsleuten die erste Siedlung. 1261 unterstellte sich Grönland dem norwegischen König, heute gehört die Insel als autonome Region zu Dänemark.

HINTERGRUND
INTERESSANTE MENSCHEN



Dreimal wurde sie als Ministerpräsidentin Norwegens gewählt und regierte fast 10 Jahre lang das Land.

Peer Gynts musikalischer Vater: Edvard Grieg

1843 – 1907
Komponist

Der in Bergen geborene Komponist Edvard Hagerup Grieg studierte am Leipziger Konservatorium Musik und setzte sein Studium bei Niels Gade, dem damals führenden dänischen Komponisten, in Kopenhagen fort. Entscheidende Anregungen erhielt er von Richard Nordraak, durch den er den Zugang zur nordischen Volksmusik fand. 1866 gab Grieg in Christiania, dem heutigen Oslo, das erste Konzert mit eigenen Kompositionen. In Rom lernte er **Franz Liszt** kennen und schloss sich nach seiner Rückkehr einem Kreis junger Musiker und Schriftsteller an, die eine nationale Kunst ins Leben rufen wollten.
Grieg verschaffte der norwegischen Musik **Weltgeltung**, indem er bei Bearbeitungen von Volksliedern die nationale Idiomatik mit den

Kompositionsformen seiner Zeit verband. Er schuf Klaviermusik, Kammermusik sowie Orchesterwerke wie »Aus Holbergs Zeit«, eine Festmusik zum 200. Geburtstag des Lustspieldichters Ludvig Holberg, und ein nach wie vor gerne gespieltes Klavierkonzert. Neben den Orchesterstücken zu Bjørnstjerne Bjørnsons »Sigurd Jorsalfar« (1872) ist auch die Musik zu Henrik Ibsens »Peer Gynt« von Bedeutung, die 1874 bis 1876 auf Wunsch des Dichters entstand. Die Musik schildert die Stimmung im Hochgebirge, die Wut der Hochzeitsgäste über den Raub der Braut, Peer Gynts dramatische Heimkehr und den Frieden bei Solvejg, die auf ihn gewartet hat: »Solvejgs Lied« gehört zum bekanntesten norwegischen Liedgut.

Umstritten: Knut Hamsun

1859 – 1952
Schriftsteller

Knut Hamsun (eigentlich Pedersen) war der Sohn armer Schneidersleute bäuerlicher Herkunft. Die Familie zog 1862 nach Hamarøy, gegenüber den Lofoten am Hamsund gelegen. Nach diesem Ort wählte der Schriftsteller seinen Namen. In seiner Jugend führte er ein ruheloses Wanderleben und verdiente seinen Lebensunterhalt unter anderem als Arbeiter und Hilfslehrer. Zweimal besuchte er Nordamerika und gelangte dabei zu einem ausgesprochen pessimistischen Urteil über die seiner Ansicht nach technisierte amerikanische Kultur. Nach weiteren Reisen lebte er ab 1918 auf dem Gut Nørholm bei Grimstad in Südnorwegen. 1920 erhielt er den **Nobelpreis für Literatur**. Literarisches Aufsehen hatte er erstmals mit dem Roman **»Hunger«** (1890) erregt, in dem er das Ringen eines jungen Schriftstellers nach Erfolg und seine bis zur körperlichen und seelischen Erschöpfung führenden Entbehrungen beschreibt. Hamsuns Werke lassen ein ausgeprägtes Naturgefühl und den Glauben an eine alles durchwaltende Lebenskraft erkennen.

Bis heute ist er jedoch umstritten, denn er begrüßte die Besetzung Norwegens durch deutsche Truppen 1940 und schrieb für die Zeitungen des faschistischen Nasjonal Samling, der Partei des Minsterpräsidenten von deutschen Gnaden, Vidkun Quisling. Er wurde von Goebbels, dem er seine Nobelpreismedaille schenkte, und von Hitler empfangen. Nach dem Zweiten Weltkrieg wurde Hamsun verhaftet und zu einer Geldstrafe verurteilt, die ihn ruinierte.

Auf der »Kon-Tiki« unterwegs: Thor Heyerdahl

1914 – 2002
Forscher

Der Zoologe und Ethnologe Thor Heyerdahl setzte sich das Ziel, die Möglichkeit **früher transozeanischer Kontakte** zu beweisen. Zu diesem Zweck überquerte er mehrere Ozeane in einfachen Booten allein mit Hilfe von Wind und Meeresströmungen. Bei seiner ersten

Expedition (1947) wagte sich Heyerdahl auf dem Floß »Kon-Tiki« auf den offenen Pazifik. In Peru stach er in See und erreichte nach 8000 Kilometern und 101 Tagen schließlich Polynesien (Tahiti). 1955/1956 erforschte er die Kultur der Osterinsel. Von 1969 bis 1970 führte ihn seine Expedition im Papyrusboot »Ra« von Marokko aus nach Mittelamerika zur Karibikinsel Barbados. Mit dem nach sumerischen Vorbildern gebauten Schilfboot »Tigris« gelangte er 1977/1978 von Basra durch den Persischen Golf nach Dschibuti. 1983 entdeckte er auf den Malediven Reste einer alten Hochkultur. In mehreren Büchern hat Thor Heyerdahl über seine Unternehmungen berichtet.

Der Gesellschaftskritiker: Henrik Ibsen

1828 – 1906
Dramatiker

Henrik Ibsen, der größte Dramatiker Norwegens, wurde in Skien geboren und starb in Kristiania (Oslo). Nachdem sein Vater verarmt war, begann er in Grimstad eine Apothekerlehre, 1850 schließlich ein Medizinstudium. Ab 1851 arbeitete Ibsen als Dramaturg am Theater von Bergen, danach als künstlerischer Leiter am Theater in Christiania. 1864 verließ Ibsen – nach Misshelligkeiten – Norwegen und lebte viele Jahre lang im Ausland, u. a. in Rom, Dresden und München. Ibsen, der schon in jungen Jahren als Theaterdichter hervortrat, begann mit dem Römerdrama »Catilina« (1850).

Die Bühnenwerke der folgenden Jahre entstanden unter dem Einfluss der Nationalromantik, deren konservative Züge Ibsen bekämpfte. Im Anschluss an historische Dramen und Ideendramen schuf er die neue Gattung des **»Gesellschaftsstücks«**, das mit radikaler Kritik an den gesellschaftlichen Verhältnissen den Beginn des modernen Dramas markiert. In dem Stück »Stützen der Gesellschaft« (1877) und den nachfolgenden Werken enthüllte der Dichter an Stoffen aus dem Alltag die Lebenslüge und die oft verdeckte Brüchigkeit zwischenmenschlicher Beziehungen. Mit dem Ehedrama »Nora oder ein Puppenheim« (1879), in dem die Frau sich als eine dem Mann gleichwertige Partnerin behauptet, gelang Ibsen der Durchbruch zum Weltruhm. Mit seinem Schaffen übte Ibsen eine starke Wirkung auf die Dramatik des ausklingenden 19. und des beginnenden 20. Jh.s aus. Zu dem in Italien entstandenen Drama **»Peer Gynt«** (1867), dessen Schauplätze u. a. das Gudbrandsdal und das Hochgebirge sind, komponierte Edvard Grieg eine Schauspielmusik.

Leidenschaft für Obst: Knud Knudsen

1831 – 1915
Pomologe, Fotograf

Vermutlich beißt heute halb Norwegen in Hardanger-Äpfel, die Knud Knudsen gezüchtet hat. Was Knudsens Leidenschaft für die Pomolo-

gie (Obstbaumkunde) entfachte, ist unbekannt, allerdings wuchs er in einer Ecke Norwegens auf, die heute für Obstanbau berühmt ist – am Hardangerfjord. 1831 in Odda geboren, absolvierte er zunächst eine kaufmännische Lehre in Bergen und ließ sich zum Korbflechter ausbilden. Nebenher kehrte er immer wieder auf den Hof der Eltern zurück, wo er – damals ein Novum – eine **Baumschule** anlegte, die er mit ausländischen Obstsorten bestückte. Rasch war ihm Erfolg beschieden: 1860 bekam er den Preis für die größte Sortenvielfalt auf der Obstausstellung in Bergen. Der Staat gewährte dem begabten jungen Mann ein Auslandsstipendium. So machte sich Knudsen nach **Reutlingen** am Fuß der Schwäbischen Alb auf zu einem der renommiertesten zeitgenössischen Obstbauinstitute. Zu seinem Gepäck zählten ein Fotoapparat, ein riesiges Zelt als Dunkelkammer sowie unzählige Glasplatten für die Belichtung. Am Institut studierte Knudsen sechs Monate lang und schoss in seiner Freizeit die ersten Fotos von Reutlingen, die jemals gemacht wurden – für die Stadt unschätzbare zeitgeschichtliche Dokumente.
Wieder zu Hause, pflegte Knudsen nicht etwa seine Obstgärten, sondern eröffnete in Bergen ein Fotoatelier. Warum er seinen Apfelbäumen den Rücken kehrte, weiß niemand so genau. In die norwegische Geschichte eingegangen ist er jedenfalls als der Begründer der ersten Obstplantagen des Landes.

Der wahre Entdecker Amerikas: Leifur Eriksson

ca. 975 – 1020
Seefahrer

Der norwegische Seefahrer Leifur Eriksson, Sohn von Erik dem Roten, kam um das Jahr 1000 auf der Fahrt nach Grönland vom Kurs ab und gelangte an die Küste Nordamerikas. Vermutlich erreichte er das Gebiet von Nova Scotia, einer Halbinsel, die heute zu Kanada gehört. Leifur Eriksson, der als erster Entdecker Amerikas vor Kolumbus gilt, nannte das Gebiet an der Ostküste Nordamerikas **»Vinland«** – fruchtbares, wiesenreiches Land.

Wegbereiter des Expressionismus: Edvard Munch

1863 – 1944
Maler

Edvard Munch, der bedeutendste Maler Skandinaviens, wurde in Løten bei Hamar geboren. Seine Kindheit verbrachte er in Oslo, damals Christiania. Als er fünf Jahre alt war, starb seine Mutter an Tuberkulose. Seit 1885 lebte Munch mit Unterbrechungen in Paris, wo er durch Vincent van Gogh und Paul Gauguin beeinflusst wurde. Später war er häufig in Deutschland, besonders in Berlin. 1909 kehrte Munch nach einem Nervenzusammenbruch nach Norwegen zurück. Während seiner letzten Lebensjahre, die von einem Augenleiden überschattet waren, hielt sich der Maler oft in Åsgårdstrand auf.

Die Küste und das Meer bilden den Schauplatz vieler seiner Bilder. Munch schuf Gemälde, Zeichnungen, Lithografien und Holzschnitte, die zum Teil Einflüsse des Jugendstils und des Symbolismus zeigen. In den Landschaften, deren Formen er in vereinfachten, dunkel leuchtenden Farbflächen zusammenfasste, kommt persönliches Erleben intensiv zum Ausdruck, sodass sie als **Vorläufer der expressionistischen Malerei** gelten. In seinen meist düster gestimmten Menschendarstellungen finden Grunderfahrungen – Angst, Tod und Erlebnisse erotischer Art – ihren Niederschlag.
Von zahlreichen Bildthemen gibt es mehrere Versionen. Bekannt wurden vv. a. »Das kranke Kind« (1885/1886), **»Der Schrei«** (1893, vier Versionen), »Tanz des Lebens« (1899/1900) und »Die Mädchen auf der Brücke« (1900). In seinen späteren Arbeiten wandte er sich von der Darstellung der Schattenseiten des Lebens ab und positiveren Bildinhalten zu. In seinem Testament vermachte Munch seinen gesamten Nachlass, der 1000 Gemälde, 15 400 druckgrafische Blätter, 5400 Aquarelle und Zeichnungen sowie sechs Skulpturen umfasste, der Stadt Oslo. Seit Oktober 2021 widmet sich **das neue Munch Museum** in Oslo – auch architektonisch ein Highlight – ausführlich seinem Werk.

Vom Ewigen Eis auf die diplomatische Bühne: Fridtjof Nansen

1861 – 1930
Polarforscher

Fridtjof Nansen, der auf einem Hof bei Christiania (Oslo) geboren wurde, überquerte zusammen mit seinem Landsmann Otto Sverdrup (1854 – 1930) 1888 erstmals Grönland von der Ostküste zur Westküste – auf Skiern und mit Schlitten auf Skikufen. 1893 unternahm er mit dem Schiff **»Fram«** (»Vorwärts«, heute im Fram-Museum auf der Halbinsel Bygdøy in Oslo ausgestellt) von den Neusibirischen Inseln aus eine Driftfahrt ins Nordpolarmeer, auf der er versuchte, mit Schlitten den Nordpol zu erreichen. Dabei drang er 1895 bis auf 86° 14' nördliche Breite, so weit wie kein Mensch vor ihm. Doch er musste das Unternehmen aufgeben: Für den Rückmarsch über Franz-Josef-Land nach Norwegen zurückbenötigten er und sein Begleiter Fredrik Hjalmar Johansen ein weiteres Jahr. Zwischen 1900 und 1914 führte er mehrfach Forschungen im Nordatlantik durch. Über die Erlebnisse seiner Forschungsreisen berichtete er in mehreren Büchern (u. a. »Auf Schneeschuhen durch Grönland«, »Eskimoleben«, »In Nacht und Eis«, »Unter Robben und Eisbären«).
Nansen übernahm später auch politische Ämter: 1920 leitete er die Rückführung der Kriegsgefangenen aus Russland; 1921 – 1923 organisierte er als Hochkommissar des Völkerbunds eine Hilfsaktion in den Hungergebieten der Sowjetunion. Auf Nansens Anre-

gung hin wurde ein Reisedokument für russische Flüchtlinge eingeführt, das später – als »Nansen-Pass« – auch auf andere Gruppen angewendet wurde. Für sein Engagement erhielt Fridtjof Nansen 1922 den **Friedensnobelpreis**.

Erfolgreichster Krimiautor Norwegens: Jo Nesbø

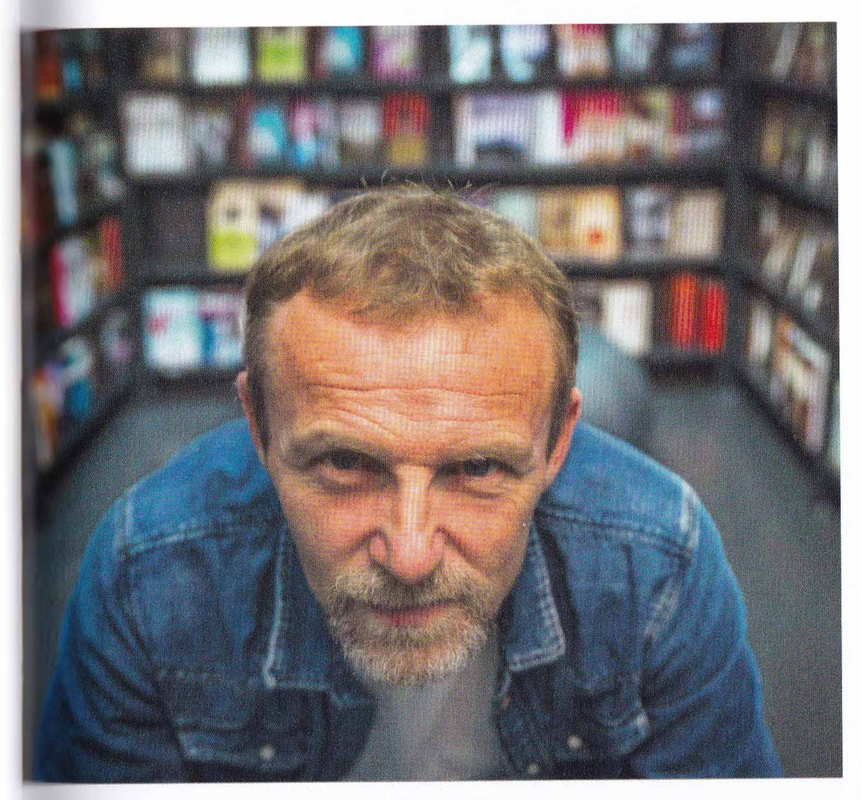
Geb. 1960 Schriftsteller, Musiker

Ursprünglich träumte Jo Nesbø von einer Karriere als Profifußballer bei Tottenham Hotspur, Kreuzbandrisse in beiden Knien ließen diesen Traum platzen. Stattdessen zog er von seiner Heimatstadt Oslo nach Bergen, wo er an der Norwegischen Handelshochschule studierte und nebenher in einer Heavymetal-Band als Sänger und Gitarrist auftrat. Nach dem Studium arbeitete er als Betriebswirt in der Finanzbranche und komponierte weiterhin Musik, bis er schließlich die Pop-Band **»Di-Derre«** (»Die da«) mitgründete, die bis heute besteht. Eine zehrende Zeit von Arbeit und Tourneen begann, die Nesbø zu einer Pause bewegte – eine Entscheidung, die vieles verändern sollte: Er reiste nach Australien, wo er in einem kreativen Rausch innerhalb weniger Monate seinen ersten Roman »Der Fledermausmann« niederschrieb, der ebenfalls in Australien, in Syndey spielt. Der Roman um den Protagonisten **Harry Hole**, 1997 erschienen, wurde ein großer Erfolg, Nesbø kündigte seinen Job und machte das Schreiben zu seinem Hauptberuf.
Mittlerweile umfasst die Krimireihe über den Osloer Ermittler Hole zwölf Bände – »Rotkehlchen« (Bd. 3) erhielt 2000 den norwegischen Buchhändlerpreis, »Schneeman« (Bd. 7) wurde 2017 von Martin Scorsese verfilmt. Daneben schrieb Jo Nesbø weitere Thriller wie »Headhunter«, »Der Sohn«, bislang zwei Bände der Trilogie »Blood on Snow« sowie auch erfolgreiche Kinderbücher um den etwas verrückten Erfinder Dr. Proktors.

Einer der besten Skispringer aller Zeiten: Birger Ruud

1911–1998 Skisportler

Eine legendäre Figur des internationalen Skisports ist der aus Kongsberg stammende Birger Ruud, ein jüngerer Bruder von Sigmund Ruud, der bei den Olympischen Winterspielen von 1928 in St. Moritz eine Silbermedaille gewonnen hatte. Birger Ruud, ein begnadeter Skispringer und Abfahrtsläufer, der 1932 in Lake Placid und 1936 in Garmisch-Partenkirchen olympisches Gold und 1948 in St. Moritz olympisches Silber erringen konnte, ist die **herausragende Sportlerpersönlichkeit**, die den nordischen wie auch den alpinen Skilauf mitsamt dem Schanzenspringen auf der ganzen Welt bekannt gemacht hat. Mit damals äußerst modischer dunkler Keilho-



Seine Krimireihe um den Osloer Ermittler Harry Hole machte Jo Nesbø weltberühmt.

se, Norweger-Strickhandschuhen und Norweger-Strickmütze, parallel geführten Skiern und weit nach vorne gereckten Armen hob er vom Tisch der Olympiaschanze ab. Doch damit nicht genug: In Garmisch gewann er auch den Abfahrtslauf.

Leben, Krisen, Herausforderungen: Liv Ullmann

Geb. 1938 Schauspielerin

Norwegens große Schauspielerin erblickte in Tokio das Licht der Welt. Nachdem Liv Ullmann in London und Stavanger Theaterwissenschaften studiert hatte, begann sie ihre berufliche Laufbahn am Theater und wirkte ab 1957 bei Filmproduktionen mit. Ihre erste beeindruckende Rolle im Film war die der Elisabeth Vogler in »Perso-

na«. Regie führte **Ingmar Bergman**, mit dem sie eine ganze Reihe von Filmen drehte. Die beiden waren jahrelang liiert und haben eine Tochter – die Schriftstellerin Linn Ullmann. Liv Ullmann spielte häufig die Rolle der nur scheinbar psychisch gefestigten Frau, die großen Belastungen ausgesetzt ist. Sie wirkte in mehr als 60 Filmen mit und wurde zweimal für den »Oscar« nominiert. Große Erfolge hatte sie in den USA, nicht nur in Hollywood, sondern auch am Broadway. Preisgekrönt wurde sie auch als Regisseurin. 1995 widmete sie sich beispielsweise einer Verfilmung des norwegischen Literaturklassikers »Kristin Lavransdatter« von Sigrid Undset – ein dramatisches Frauenschicksal im mittelalterlichen Norwegen.
Auch als Literatin hat sie sich einen Namen gemacht mit ihren viel beachteten Werken »Forandringen« (»Wandlungen«, 1976) und »Choices« (»Gezeiten«, 1984). Ihr politisches und soziales Engagement stellte Liv Ullmann als **Botschafterin der UNICEF** unter Beweis. In ihren Memoiren »Lebenswege« beschreibt sie ihr schillerndes Leben, persönliche Krisen und berufliche Herausforderungen.

Die Frage nach dem Lebensglück: Sigrid Undset

1882–1949
Schriftstellerin

Die Schriftstellerin Sigrid Undset stammt aus dem dänischen Städtchen Kalundborg und wuchs ab ihrem 3. Lebensjahr in Oslo auf. Nach dem frühen Tod des Vaters musste sie ihr Studium aufgeben, arbeitete als Büroangestellte und war von 1912 bis 1925 mit dem Maler A. C. Svarstad verheiratet. Nachdem sie schon in den 1930er-Jahren vor dem Nationalsozialismus gewarnt hatte, floh sie 1940 nach Amerika. Einer ihrer Söhne war im Widerstand gegen Hitler aktiv. 1945 kehrte sie nach Norwegen zurück. In ihren Romanen und Erzählungen stellte Sigrid Undset realistisch und mit tiefer Einfühlung scheinbar unkomplizierte Durchschnittsmenschen dar. Sie beschäftigte sich besonders mit der Frage, ob die Frau ihr Lebensglück in der Arbeit, in der Erotik oder als Mutter suchen solle. Seit ihrem Übertritt zur katholischen Kirche (1925) fand Sigrid Undset die Erfüllung des menschlichen Daseins in einer glaubensbestimmten, kämpferischen Lebenshaltung. Sigrid Undset begann ihre literarische Laufbahn mit gegenwartsbezogenen Romanen und Novellen. Dann wandte sie sich in stilistisch an den altisländischen Sagas orientierten Romanen **Stoffen aus der norwegischen Vergangenheit** zu. Mit diesen Arbeiten sollte sie Weltruhm erlangen. Von 1920 bis 1922 entstand ihr dreibändiges Werk »Kristin Lavransdatter« (dt. »Kristin Lavranstochter«). 1925 und 1927 schrieb sie »Olav



Die Schauspielerin Liv Ullmann wurde vor allem durch Filme bekannt, bei denen Ingmar Bergman Regie führte.

Audunssøn i Hestviken« und »Olav Audunssøn og hans børn« (dt. 4 Bände »Olav Audunssohn«). Für ihr literarisches Gesamtwerk erhielt sie 1928 den **Literaturnobelpreis**.

Der bedeutendste Bildhauer Norwegens: Adolf Gustav Vigeland

1869–1943
Skulpteur

Im südnorwegischen Mandal erblickte der Bildhauer Adolf Gustav Vigeland das Licht der Welt. Seine Ausbildung erhielt der künstlerisch sehr begabte junge Mann in Oslo, Kopenhagen, Paris, Berlin, Rom und Florenz. Vigeland schuf Bildwerke und vor allem Büsten. In der frühen Periode seines Schaffens war er sehr stark von **Auguste Rodin** beeindruckt. Dies kommt in einer seiner bekanntesten Büsten zum Ausdruck, der 1905 entstandenen Studie von N. H. Abel. In seinen späteren Schaffensperioden wandte sich Vigeland einem mehr von der Klassik beeinflussten Stil zu. Zu seinen berühmtesten Werken aus der späteren Phase gehört die monumental wirkende Skulpturenanlage im **Osloer Frognerpark**, für die er rund 100 symbolistische Figurengruppen und Reliefs aus Granit und Bronze schuf. Vigeland starb 1943 in Oslo. Nach seinem Tod wurde sein Atelier als Museum zugänglich gemacht.

Der Erfinder des Reiseführers: Karl Baedeker

1801 – 1859
Verleger

Als Buchhändler kam Karl Baedeker viel herum, und überall ärgerte er sich über die »Lohnbedienten«, die die Neuankömmlinge gegen Trinkgeld in den erstbesten Gasthof schleppten. Nur: Wie sollte man sonst wissen, wo man übernachten könnte und was es anzuschauen gäbe? In seiner Buchhandlung hatte er zwar Fahrpläne, Reiseberichte und gelehrte Abhandlungen über Kunstsammlungen. Aber wollte man das mit sich herumschleppen? Wie wäre es denn, wenn man all das zusammenfasste?
Gedacht, getan: Zwar hatte er sein erstes Reisebuch, die 1832 erschienene »Rheinreise«, noch nicht einmal selbst geschrieben. Aber er entwickelte es von Auflage zu Auflage weiter. Mit der Einteilung in »Allgemein Wissenswertes«, »Praktisches« und »Beschreibung der Merk-(Sehens-)würdigkeiten« fand er die klassische Gliederung des Reiseführers, die bis heute ihre Gültigkeit hat. Bald waren immer mehr Menschen unterwegs mit seinen **»Handbüchlein für Reisende, die sich selbst leicht und schnell zurechtfinden wollen«**. Die Reisenden hatten sich befreit, und sie verdanken es bis heute Karl Baedeker. Norwegen beschreibt er erstmals im 1879 erschienenen »Baedeker's Schweden und Norwegen«.

»

Der Hardangerfjord ist der gepriesenste aller norwegischen Fjorde; keiner enthält die Elemente der norwegischen Fjord- und Fjeldnatur in ausgezeichneteren Formen und in glücklicherer Vereinigung. Darum, sowie wegen seiner leichten Zugänglichkeit und der guten Gasthäuser, ist er seit einigen Jahrzehnten das Hauptziel aller Reisenden geworden.

»

Baedeker's Schweden und Norwegen, 1. Auflage 1879

E

ERLEBEN & GENIESSEN

Überraschend, stimulierend, bereichernd

Mit unseren Ideen erleben und genießen Sie Norwegen.

Ganz entspannt unterwegs auf dem Telemarkknal ▶



BEWEGEN UND ENTSPANNEN

Ob Angeln oder Wandern, ob Wassersport oder Skilaufen: Norwegen bietet zu jeder Jahreszeit andere Möglichkeiten, sich körperlich in der Natur zu betätigen – und das in einer oft spektakulären Landschaft.

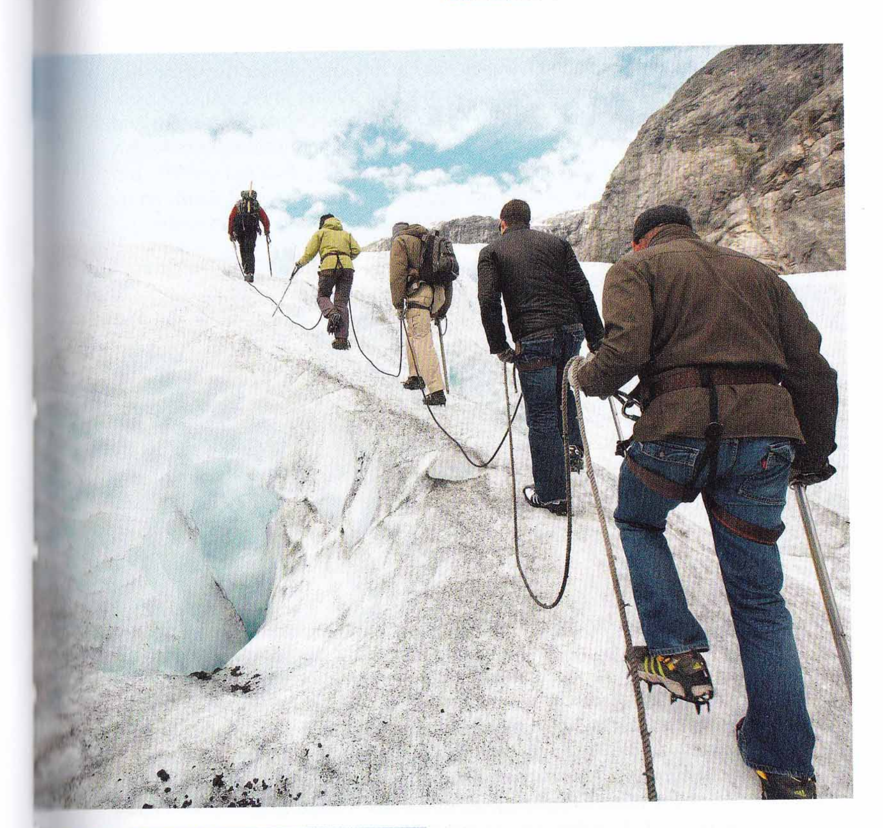
Angeln

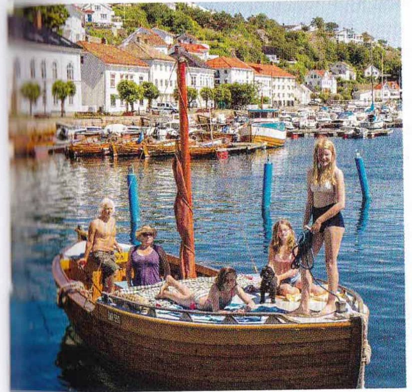
Ideale Bedingungen Zu den beliebtesten Freizeitbeschäftigungen der Einheimischen wie auch vieler Touristen gehört das Angeln. Die vielen Fjorde und Buchten an der Nordseeküste sowie viele tausend Binnengewässer bieten ideale Voraussetzungen für leidenschaftliche Angler. Zudem gelten die norwegischen Gewässer insgesamt als eher gering belastet.

Angelkarte und -lizenz Angler benötigen eine **Angelkarte** (fiskekort), die in den örtlichen Fremdenverkehrsbüros, an Hotelrezeptionen, auf Campingplätzen, in Sportgeschäften, Tankstellen und Postämtern erhältlich ist. Ihr Preis richtet sich nach Saison und Größe des Angelreviers. Alle Angler ab dem 18. Lebensjahr müssen zudem eine **Fischereiabgabe** (fiskeravsgiftskort) bezahlen, die man auf Banken und Postämtern mit einem besonderen Überweisungsformular oder online bei der Umweltbehörde (Miljødirektoratet, ► S. 449) kaufen kann.

Lachs, Lachsforelle und Saibling Wer Lachse (laks), Lachsforellen (Seeforellen; sjøørret) und Saibling (sjørøye) fangen will, muss **erhöhte Gebühren** für die Angelkarte und die Angellizenz entrichten. Verschiedentlich werden auch Mindest- und Höchstgewichte für Lachsfänge vorgeschrieben. Achtung: Vielerorts werden **Wartelisten** für Lachsangler geführt! Lachsfische dürfen im Meer nur im Juni und Juli gefangen werden, in Flüssen nur von Anfang Juni bis Mitte August. Im gesamten Fjordland und auch in den nördlichen Regionen kann man gut auf Lachsfang gehen. **Berühmte Lachsflüsse** sind: Alta, Drammenselva, Gaula, Målselva, Namsen, Neiden, Numedalslågen, Orkla, Størdalselva und Tana.

Küste und Fjorde **Ohne Lizenz** darf man im Meer bzw. an den Fjorden mit der Rute angeln, sofern man es nicht auf Lachse und Seeforellen abgesehen hat. Entlang der Küste kann man **Fischerhütten** mit **Booten** mieten. Örtlich werden auch **Hochseeangeltouren** organisiert. Das ganze Jahr über kann man im Meer Makrele (makrell), Schellfisch (hyse), Dorsch/Kabeljau (torsk), Heilbutt (kveite), Seelachs (sei), und Hering (sild) fangen.





OBEN: Norwegen ist das am stärksten vergletscherte Land Europas und bietet sich daher perfekt für geführte Touren durchs Eis an.

UNTEN: Warm und sonnig wird es hingegen in Risør in Südnorwegen. Die »Perle der Riviera« lädt zum entspannten Badeurlaub ein.

Eisangeln Gute Fänge bringen Eisangler mit nach Hause, die auf zugefrorenen Seen im Durchmesser etwa 25 cm große Löcher in die Eisdecke bohren. **Gute Reviere** sind Glomma (Hedmark), Kongsvinger, Sørland (Hecht, Barsch, Felchen, Aal), Mandalselva, Audneselva, Aust-Agder, Finnmark und Ostnorwegen (Hecht, Saibling, Äsche, Forelle), Bereich Kristiansand, Gebiet nördlich von Røros, Østerdal, Gudbrandsdal, Hallingdal, Valdres, Flüsse der Hardangervidda (bes. Forellen).

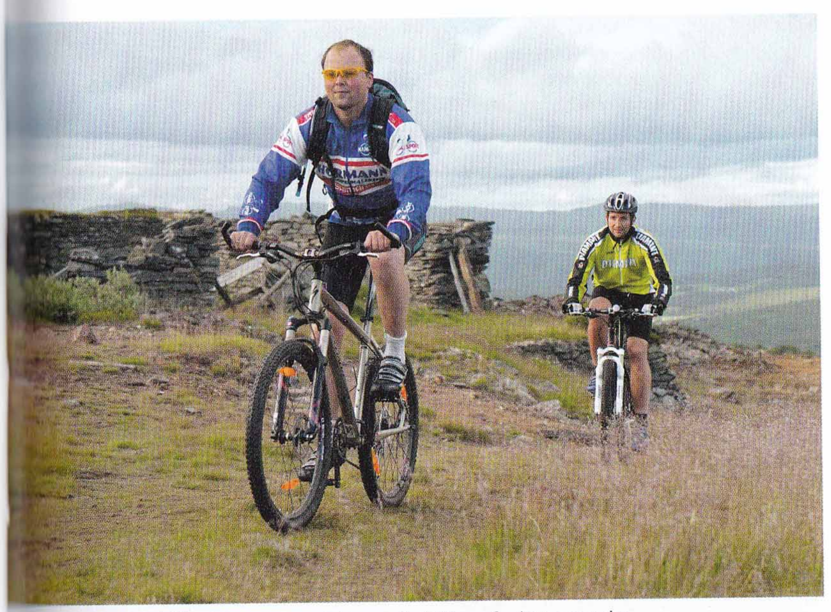
Zeitplanung Die Laichzeit ist zugleich **Schutzzeit**. Sie variiert nach Gegend bzw. Fischart und wird von den jeweiligen Kommunen festgelegt. Die **optimalen Fangzeiten** variieren von Gegend zu Gegend. In tieferen Lagen kann man im Mai und Juni erfolgreich sein, in den höheren Regionen angelt man am besten im Spätsommer.

Angelreisen Die Website des norwegischen Fremdenverkehrsamt (▶ Praktische Informationen) bietet neben ausführlichen Informationen zum Thema Angeln auch Adressen vieler Anbieter organisierter Angelreisen und -touren bereit.

Radfahren

Gute Vorbereitung für Touren nötig Auf Radfahrer warten in Norwegen einige Herausforderungen, aber auch schöne Genusstouren. Durch die stark gegliederte Landschaft wird Radfahren oft zu einem anstrengenden Vergnügen. Wer nicht laufend sein Rad schieben möchte, muss eine **gute Gangschaltung und ebensolche Kondition** besitzen (oder ein E-Bike...). Außerdem sollte man die Tour sehr genau planen, um die steilsten Anstiege zu umfahren und Alternativen für die vielen für Radfahrer gesperrten Tunnel parat zu haben. Es gibt nur relativ wenige ausgewiesene Radwege, deshalb sollte man insbesondere im Hochsommer Hauptrouten wie die E 6 meiden. Auch mit dem Transport von Fahrrädern in öffentlichen Verkehrsmitteln ist es noch nicht weit her.

Radrennen Den Store Styrkeprøven Obwohl eine Kraftprobe von epischem Ausmaß, ist das Radrennen Den Store Styrkeprøven für viele Norweger und eine wachsende Schar von begeisterten Radlern aus ganz Europa eine ganz besondere Attraktion. In maximal 36 Stunden ist alljährlich an Mittsommer die 540 km messende Strecke **von Trondheim nach Oslo** über die dafür gesperrte E 6 zu bewältigen – landschaftlich wunderschön, geht es doch unter anderem über die Höhen des Dovrefjell. Aber das sind nicht die einzigen Berge; insgesamt sind stolze **3400 Höhenmeter** zu bewältigen. Auch das Wetter lässt sich nicht vorhersagen. Wer sich nicht die ganzen 540 km zutraut, kann sich auch für eine der vier kürzeren **Lille Styrkeprøven**, der »kleinen Kraftprobe«, entscheiden.
Infos und Anmeldung: www.styrkeproven.no



Mountainbiking in Norwegen wird immer beliebter, erfordert wegen der empfindlichen Natur aber auch Rücksicht.

Genussvolle Touren Äußerst lohnend ist der **Rallarvegen** entlang der Bergenbahn über die Hardangervidda. Die **Lofoten** bieten die Möglichkeit für genussvolle Radtouren ohne große Höhenunterschiede mit Ausblick auf beeindruckende Berge. Auch die **Küstenstraße Nr. 17** von Steinkjer nach Bodø ist für Radfahrer ideal. Entlang der gesamten Strecke gibt es viel zu sehen, während sich die Straße fast immer auf Meereshöhe um jeden Fjordarm windet. Zudem scheuen die meisten Autofahrer die vielen Fähren und nehmen lieber die schnellere E 6. Genussreiche Radausflüge lassen sich in vielen Wandergebieten und vor allem in den **Nationalparks** unternehmen. Dort ist der Autoverkehr nur auf wenigen Straßen erlaubt. Radfahrer haben auf den für den allgemeinen Verkehr gesperrten Forst- und Nationalparkstraßen freie Bahn, ebenso auf zahlreichen Mautstraßen.

Mountainbiking Mountainbiking erfreut sich zunehmend größerer Beliebtheit, ist aber nicht unproblematisch. In **geschützten Gebieten ist es verboten**, und auch sonst sollten Mountainbiker immer daran denken, dass sich die dünne und sehr empfindliche Vegetationsdecke nur sehr langsam regeneriert. Es dauert oft viele Jahre, bis eine Narbe im Moos- und Flechtenpolster wieder zugewachsen ist.



Für Bergwanderer und Kletterer bietet Norwegen beste Bedingungen.

Wandern und Klettern

Wandern

Das gut markierte Wegenetz, die vielen Berghütten, die spärliche Besiedlung, die zahlreichen Nationalparks sowie die abwechslungsreiche, oftmals spektakuläre Landschaft machen Norwegen zu einem idealen Land für kurze oder lange Wanderungen. Ein Viertel des Landes liegt über 1000 m und damit über der Baumgrenze, oftmals reihen sich hier beeindruckende Gebirgszüge und Gletscher direkt aneinander. Der Bogen interessanter Wandergebiete spannt sich vom **Waldland** an der schwedischen Grenze bis zu den majestätischen **Fjorden** mit ihren senkrechten Felswänden und von den **Gipfeln** rund um das Setesdal im Süden bis zu den **weiten Ebenen** der Finnmarksvidda im hohen Norden. Die beste Zeit, um zu einer Fjelltur aufzubrechen, sind die Monate Juli und August, im Süden sowie außerhalb des Hochgebirges sind auch Juni und September empfehlenswert.

Den Norske Turistforening (DNT)

Die meisten Norweger wollen sich ihr wunderbares Land erwandern können und möchten gar nicht, dass jeder Punkt und jeder Gipfel mit einer Straße oder Seilbahn zu erreichen ist. Aber ein Mindestmaß an Infrastruktur schätzen sie durchaus. Und hier kommt Den Norske Turistforening (DNT) ins Spiel: Der rund **140 Jahre alte Wanderverein** kümmert sich darum, dass Wanderer im ganzen Land Hütten und markierte Wanderwege vorfinden. **Rund 490 Hütten mit insgesamt 8000 Betten** betreibt der Verein; von der winzigen Kate mit zwei Pritschen bis zum komfortablen Berggasthof mit Vollpension reicht das Angebot. Die bewirtschafteten Hütten sind recht komfortabel, hier werden auch Mahlzeiten serviert. Die Selbstbedienungshütten haben Heiz- und Kochmöglichkeiten und sind mit Proviant ausgestattet – dieser ist in den unbewirtschafteten Hütten in der einfachsten Kategorie jedoch nicht vorhanden. Wo es kein Personal gibt, wird das Übernachtungsgeld einfach in der Hütte deponiert; dieses einfache, auf Vertrauen basierende System funktioniert gut. Hinzu kommen rund **20 000 km markierte Wanderwege**, die meist mit einem roten »T« auf kleinen Steinpyramiden gekennzeichnet sind, 6500 km werden im Winter mit Stäben deutlich markiert.

Tageswanderungen

Einfache Tageswanderungge führen zu den Gletscherzungen des **Jostedalsbre**. Von Spiterstulen und der Juvasshytta erklimmt man relativ einfach Norwegens höchsten Gipfel, den **Galdhøppigen** (2468 m ü. d. M.). Garantiert nicht allein wird man sein, wenn man in zwei bis drei Stunden zum **Preikestolen** wandert oder in fünf bis sieben Stunden den **Besseggen-Grat** im Jotunheimen überschreitet, beide Touren zählen zu den absoluten Klassikern. Eindrucksvoll zeigen sich aber auch Dovrefjell, Rondane und Hardangervidda. Relativ einfach sind die Wanderungen im **Rondane-Nationalpark**, trotz mehrerer Gipfel über 2000 m. Von Høvringen sind es fünf Stunden auf den 1526 m hohen Aussichtsberg Steinbuhøi. Auch der 2140 m hohe Storronden ist leicht zu besteigen. Ideale Ausgangspunkte für Touren im Nationalpark sind die Orte Høvringen, Mysuseter oder Rondvassbu.

Klettern

Auch Sportkletterer haben Norwegen längst als Revier entdeckt. Sie tummeln sich vor allem im **Romsdal**, im **Hurrungane** und auf den **Lofoten**. Das Romsdal bietet sowohl schwierigste Routen als auch einige der höchsten Wände. Berühmt unter Spitzenbergsteigern ist die 1000 m hohe, überwiegend senkrechte Steilwand **Trollveggen**.

Verhalten in der Natur und Ausrüstung

Wer in Norwegen wandert, sollte daran denken, dass die **Natur äußerst fragil** ist. Es dauert Jahre, bis Narben in der Vegetationsdecke wieder ausgeheilt sind, und Jahrzehnte, bis eine weggeworfene Dose verrottet ist. Während der trockenen Sommerzeit ist Vorsicht mit offenem Feuer geboten.

Für jede Wanderung sind **gutes Schuhwerk, wetterfeste Kleidung**, ausreichend **Proviant** sowie eine **Karte** unerlässlich. In manchen Gegenden können **Mücken** ziemlich lästig werden. Mit einem plötzlichen Wetterumschwung sollte man immer rechnen. Begegnungen mit Rentieren und Elchen sind durchaus möglich, Luchse und Braunbären wird man mit ziemlicher Sicherheit nicht zu Gesicht bekommen.

Wassersport

Baden

Badeurlauber zieht es vor allem an die **Südküste**. Lange Sandstrände, viele Inseln, Holmen, Schären und blank geschliffene Felsen bieten genügend Abwechslung. Bei einer Wassertemperatur bis zu 20 °C stellt sich sogar unbeschwertes Badevergnügen ein. In vielen kleinen **Binnenseen**, die oft auch schöne Sandstrände haben, wird das Wasser gelegentlich sogar noch wärmer. Die schönsten Strände liegen allerdings jenseits des Polarkreises auf den **Lofoten**. Ihnen gebührt ohne Zögern das Prädikat »Traumstrand«. Wenn nur das Wasser nicht so kalt wäre ...

Kanu- und Kajakfahren

Mit dem Kanu oder Kajak ruhig auf einem See dahinzugleiten, ist wahrlich ein besonderes Naturerlebnis. Und Seen gibt es in Norwegen genug. Die Gewässer östlich des Femundsees gehören zu den beliebtesten Paddelgebieten Südnorwegens. Aber auch auf den Seen und Kanälen von Østfold und der Telemark kann man gut paddeln. **Wildwasserkanuten**, die Wasserfälle und Strudel aller Schwierigkeitsgrade schätzen, kommen praktisch im ganzen Land auf ihre Kosten.
Ein besonderes Erlebnis ist das Paddeln auf dem **Telemarkkanal**, der durch eine sehr reizvolle Landschaft führt. Über eine Treppe von 18 Schleusen erreicht man eine Höhe von 72 m über dem Meeresspiegel. Wer mit dem Kanu weiterkommen will, muss in die Schleusen einfahren und sich emporheben bzw. absenken lassen. Man kann aber auch die nostalgischen Linienschiffe »Victoria« und »Henrik Ibsen« nutzen...
Eine sehr reizvolle Spielart des Kanusports ist das **Seekajakfahren**, das jedoch einiges an Erfahrung voraussetzt. Geübte und wetterfeste Kanuten tummeln sich in den Fjorden zwischen Stavanger und Bergen. Könner ihrer Zunft befahren auch weiter nördlich gelegene Regionen, so z. B. die höchst abwechslungsreiche Fjordküste von Mo i Rana über Svartisen und den Polarkreis bis zu den Lofoten.
Ein aufregendes, teilweise sogar extremes Erlebnis bietet **Rafting**. Mit den großen Schlauchbooten kann man unter kundiger Führung einige Flussstrecken, zum Beispiel ab Voss und Dagali, beiderseits der Hardangervidda oder auf dem Fluss Sjoa im Heidal befahren.

ERLEBEN & GENIESSEN
BEWEGEN UND ENTSPANNEN

Segeln

Nur wenige Länder haben eine Küste, die sich besser für den Segelsport eignet als Norwegen. Dies weiß man spätestens seit 1928, als der damalige norwegische Kronprinz Olav, Norwegens späterer König Olav V., olympisches Gold gewann. Ca. 120 sehr gut ausgestattete Seglerhäfen erwarten heute vor allem in den Sommermonaten ihre Gäste. Besonders beliebte Reviere sind der **Oslofjord**, die Bereiche vor der norwegischen **Südküste** sowie vor der **Westküste Süd- und Mittelnorwegens**, einschließlich der Fjorde. Erfahrene Segler stoßen bis zu den **Lofoten** und noch weiter nordwärts vor.

Mehr Wassersport

Auch in Norwegen gewinnt **Surfen** immer mehr Freunde. An zahlreichen Stränden kann man die schnellen Bretter ausleihen.
In den Schären an der Küste bestehen hervorragende **Tauchmöglichkeiten** in sehr klarem, allerdings kühlem Wasser.
Örtlich – vor allem in klimatisch begünstigten Buchten in Südnorwegen – besteht die Möglichkeit, dem **Wasserski**sport zu frönen.

Wintersport

Wiege des Wintersports

Schneesicherheit und stabile Temperaturen unter Null von Dezember bis Ende April haben Norwegen zur Wiege des modernen Wintersports werden lassen. Die Telemark, das Gudbrandsdal, Oslo und der Holmenkollen, Lillehammer und Umgebung sind die Gebiete, in denen erstmals Skilauf unter sportlichen Bedingungen betrieben worden ist. Ähnliches gilt für den Sport auf dem Eis. Von Beginn an waren norwegische Sportler tonangebend, wenn es um Meisterschaften im Skilaufen und Skispringen, im Eisschnelllauf und Eiskunstlauf sowie im Eishockey ging.
Aus der Vielzahl der **Weltklasse-Wintersportler**, die Norwegen hervorgebracht hat, seien hier die überragende Eiskunstläuferin Sonja Henie, die legendären Skispringer Birger Ruud (▶ Interessante Menschen) und Bjørn Wirkola, die Skilangläufer Bjørn Dählie und Vegard Ulvang sowie die Biathletinnen Tora Berger und Tiril Eckhoff sowie ihr Kollege Ole Einar Bjørndalen genannt. Er allein hat es auf 13 olympische Medaillen gebracht.

Schneesicherheit

Norwegen bietet alle Voraussetzungen, zum **Wintersport-Dorado** in Europa zu werden. Klimatische Veränderungen haben dazu geführt, dass Skilauf in den deutschen Mittelgebirgen nur noch beschränkt und in manchen Wintern gar nicht mehr möglich ist. Und im Alpenraum muss man in immer höhere Gebirgslagen aufsteigen, um schneesichere Pisten und Loipen zu erreichen. Dagegen bietet Norwegen Schneesicherheit von November bis weit in den Mai. In Norwegen ist selbst im Zeichen des Klimawandels auf den Winter noch Verlass.

Skiwettbewerbe Norwegen ist das Land der Skilangläufer, Skispringer und Slalomläufer. In jedem Winter werden zwischen Oslofjord und Nordkap zahlreiche sportliche Wettbewerbe organisiert. Alljährlich treffen sich Tausende von skisportbegeisterten Norwegern zum traditionsreichen **Birkebeinerrennen**. Neben diesem Wettlauf auf Skiern ziehen die weltberühmten **Skispringen am Holmenkollen** bei Oslo sowie die **Weltcup-Abfahrten** und **Slalomwettbewerbe** in den seit der Olympiade 1994 berühmten Bergen von Hamar und Lillehammer viele Zuschauer in ihren Bann. Neuerdings wieder in Mode gekommen sind die Nordische Kombination und der altbewährte Telemark-Stil.

Sommerski Selbst im Sommer wollen die Norweger nicht auf den Skisport verzichten, deshalb kann man auf einigen Firnfeldern und Gletschern selbst im Hochsommer Skisport betreiben.

Eislaufen Eine mindestens ebenso lange Tradition wie der Skisport hat der Eisschnelllauf. Zur Zeit der Wikinger fertigte man Schlittschuhkufen aus Rentierknochen, im 15. Jh. schmiedete man Kufen aus Metall. Das sportliche Wettkampffieber entbrannte spätestens im 19. Jh.: 1823 fand auf dem zugefrorenen Oslofjord ein Wettlauf auf dem Eis statt, an dem mehrere tausend Menschen teilnahmen. Rasch stieg Norwegen zur führenden Eislaufnation empor und brachte Volkshelden und -heldinnen am laufenden Band hervor. In allen größeren Städten und Wintersportzentren gibt es **Eislaufstadien**. Traditionsreiche Wettkampfstätte des norwegischen Eisschnelllaufs ist das Bislett-Eisstadion in Oslo.

Schlittenfahren Immer mehr aktive und passive Anhänger finden **Hundeschlittenrennen**. Polarhunde im Geschirr, während schneeschwangere Wolken über der Spur hängen, ist ein besonderes Abenteuer. Auskunft erteilen der DNT (▶ S. 450) und das Fremdenverkehrsamt in Karasjok (▶ S. 164). **Snow Scooter** (Motorschlitten) sind die andere Art, in der kalten Jahreszeit die norwegische Winterlandschaft zu erkunden.

Weitere Sportarten

Golfen In Norwegen gibt es über **200 Golfplätze**, viele davon sind 18-Loch-Plätze, zum Beispiel in Oslo, Stavanger, Tönsberg und Drammen. Der nördlichste 18-Loch-Platz der Welt liegt in Tromsø. Am weitesten im Norden liegt der 6-Loch-Platz von Hammerfest und Kvalsund. Am Golfplatz in Trondheim findet Ende Juni/Anfang Juli das sogenannte Mitternachtsturnier statt. Die Golfsaison dauert von Mai bis Ende September/Anfang Oktober.

Laufen Recht populär sind in Norwegen Orientierungsläufe. Sie werden vom Frühjahr bis zum Herbst überall in Norwegen auf rund 200 Strecken durchgeführt. Und spätestens seit den Auftritten von Grete Waitz in den 1970er- und 1980er-Jahren weiß man um den Stellenwert des Langstreckenlaufs in Norwegen. Auskünfte erteilen die Fremdenverkehrsbüros.

Reiten Der Reitsport hat in den bäuerlich geprägten Gebieten Norwegens eine lange Tradition. Für den Arbeitseinsatz in schwierigem Gelände hat man einst eine genügsame, aber dennoch kräftige und relativ kleinwüchsige Pferderasse gezüchtet. Die **norwegischen Fjordpferde** sind als sehr gutmütig bekannt und erfreuen sich inzwischen auch als Reittiere größter Beliebtheit. Auf vielen Höfen kann man Pferde mieten und vielerorts wird auch Reitunterricht angeboten. Immer mehr in Mode gekommen ist auch das Trail Riding, das Geländereiten.

NÜTZLICHE ADRESSE N

ANGELN

MILJØDIREKTORATET
www.environmentagency.no

NORGES JEGEROG FISKERFORBUND
Hvalstadåsen 5, 1378 Nesbru
Tel. 66 79 22 00
www.njff.no

FKK

NORSK NATURISTFORBUND (NNF)
Postboks 189 Sentrum, 0102 Oslo
Tel. 95 96 46 89
www.scandinavianaturist.org/NNF

FLIEGEN

NORGES LUFTSPORTSFORBUND
Møllergata 39, 0179 Oslo
Tel. 23 01 04 50, www.nlf.no

GOLF

NORGES GOLFFORBUND
Sognsveien 75
0840 Oslo
Tel. 21 02 91 50
www.golfforbundet.no

KANU, KAJAK

NORGES PADLEFORBUND
Sognsveien 73
Tel. 21 02 98 35
www.padling.no

KLETTERN

NORSK TINDEKLUBB (NTK)
Tel. 99 00 92 44
www.ntk.no

RADFAHREN

Ausführliche Infos auf
www.visitnorway.de/aktivitaten/freie-natur/radfahren/

RAFTING

SJOA RAFTINGSENTER NWR
2676 Heidal
Tel. 90 07 10 00
www.sjoarafting.no

REITEN

NORGES RYTTERFORBUND
Sognsveien 73, 0840 Oslo
Tel. 21 02 96 50, www.rytter.no

SEGELN

KONGELIG NORSK SEILFORENING (KNS)
Huk Aveny 1, 0287 Oslo
Tel. 23 27 56 00
www.kns.no

TAUCHEN

NORGES DYKKEFORBUND
Sognsveien 73, 0840 Oslo
Tel. 21 02 97 42
www.ndf.no

TENNIS

NORGES TENNISFORBUND
Eikenga 4, 0579 Oslo
Tel. 22 72 70 00
www.tennis.no

WANDERN

DEN NORSKE TURISTFORENING (DNT)
Youngstorget 1, 0181 Oslo
Tel. 40 00 18 68
www.dnt.no

WASSERSKI

NORGES VANNSKI OG WAKEBOARD FORBUND
Sognsveien 73, 0840 Oslo
Tel. 21 02 98 70
www.vannski.no

WINTERSPORTZENTREN

BEITOSTØLEN-GEBIET
Beitostølen mit Umgebung

DOVREFJELL
Bjorli, Dombås, Hjerkinn

HALLINGDAL UND BERGENBAHN
Dagli-Skurdalen, Geilo (familienfreundlicher Skiort, 40 Abfahrten, 20 Lifte, 220 km Loipen), Ustaoset, Gol, Golsfjell, Hemsedal (49 Pisten, 20 Lifte, Snowboarder)

KONGSBERG UND NUMEDAL
Kongsberg, Flesberg und östliches Blefjell, Numedal bis Dagali, Uvdal

LILLEHAMMER UND UMGEBUNG
Ausgezeichnetes Gelände für Langlauftouren (über 2000 km Loipen in der gesamten Region), Nordseter, Sjusjøen, Øyerfjell, Tretten, Hamar, Hafjell-Alpinzentrum (15 km nördlich von Lillehammer: 18 Lifte, 32 km leichte bis mittelschwere Pisten, größter Höhenunterschied 850 m, 300 km alpine Loipen)

MITTLERES GUDBRANDSDAL
Espedal, Kvam, Gausdal, Vinstra, Kvitfjell: olympische Abfahrtsstrecke 50 km nördlich von Lillehammer bei Ringebu

NÖRDLICHES GUDBRANDSDAL UND JOTUNHEIMEN
Bøverdalen, Sjodalen, Vågå

OSLO UND UMGEBUNG
Oslo, Eggedal, Hurdal, Norefjell, Ringerike, Vikersund-Modum

RONDANE
Høvringen, Mysuseter, Otta

SETESDAL
Byglandsfjord, Hovden, Vråliosen, Vrådal-Kviteseid, Åserdal

SKEIKAMPEN
Traditionsziel im Gausdal mit Snowpark, 21 Pisten, 11 Liften, 200 km Loipen, Nacht-Ski, Spa

TELEMARK
Bolkesjø und Blefjell, Gaustablick, Haukelifjell, Lifjell, Morgedal, Rauland, Vinje, Rjukan

TRYSILFJELL
Größtes zusammenhängendes Skigebiet Norwegens, 70 km Abfahrten, 31 Lifte, nordwestlich von Lillehammer

VALDRES, FAGERNES-GEBIET
Aurdal-Tonsåsen, Fagernes, Fjellstølen, Hovda-Sanderstølen, Vaset–Nøsen

VANG/FILEFJELL-GEBIET
Tyin, Eidsbugarden–Tyinholmen–Jotunheimen

VESTOPPLAND-GJØVIK
Gjøvik, Toten, Lygnaseter, Synnfjell

WESTNORWEGEN
Finse, Mjølfjell, Vatnahalsen, Voss, Oppheim, Seljestad, Stranda, Sykkylven, Ørsta, Utvikfjell

ØSTERDAL
Atna, Engerdal, Elverum, Folldal, Os, Rendalen, Tynse

ESSEN UND TRINKEN

Wer nach Norwegen reist, tut dies meist nicht in erster Linie wegen zu erwartender kulinarischen Köstlichkeiten. Man ist sogar gewarnt: Oft ist in Reiseführern von sonderbaren Gerichten die Rede. Doch keine Angst, so schlimm ist es gar nicht, man muss also nicht unbedingt den gesamten Kofferraum mit Fertiggerichten aus dem heimischen Supermarkt vollpacken. Ein kleiner Vorrat an Bier, Wein oder Süßigkeiten kann jedoch nicht schaden, denn gerade diese Genussmittel sind im Norden besonders teuer.

Kulinarischer Wandel

Bis ins 20. Jh. war Norwegen ein armes Land, deshalb kam überwiegend einfache, bodenständige Hausmannskost auf den Tisch. Mit dem Wohlstand hat sich – vor allem in den größeren Städten – ein bemerkenswerter Wandel vollzogen. Die Anzahl der Restaurants hat deutlich zugenommen, und die einst eher einfache Hausmannskost wird durch französische, italienische oder spanische Einflüsse erheblich aufgewertet. Auch die einheimischen Fischgerichte sind oft exzellent. Wer nach Norwegen reist und mit dem Essen nicht zufrieden ist, der hat wahrscheinlich nur nicht tief genug in die Tasche gegriffen, denn Restaurantbesuche sind erheblich teurer als in Deutschland.

Frühstück, Mittag- und Abendessen

Der Morgen beginnt mit »frokost«, in Hotels vom mehr oder minder üppigen Büfett. Mittags gibt es »lunj«, traditionell ein eher kleiner Imbiss, oder man geht für ein »dagens rett« in eines der Selbstbedienungsrestaurants (s. u.). Die Hauptmahlzeit wird am frühen Abend eingenommen und heißt in Norwegen »middag«.

Zwischendurch

Für den Hunger zwischendurch gibt es **Schnellimbisse** (gatekjøkken), wo es Würstchen (pølse) in allen Varianten, Kebab und Burger gibt. Preisgünstig, aber auch wenig raffiniert, ist das **Tagesgericht** (dagens rett), das fast überall angeboten wird und zu einem fairen Preis satt macht. Auf dem Teller findet man meistens ein Stück Fleisch oder Fleischbällchen (kjøttkaker), Kartoffeln, eine Gemüsebeilage und eine schwere braune Soße. Ein typisches Allerweltsgericht ist auch fårikål, ein Weißkohleintopf mit Hammelfleischeinlage.

Skandinavisches Büfett

Das berühmte skandinavische Büfett (koldtbord) ist vorzüglich und bietet mit den allseits gelobten Fischspezialitäten, Salaten, kalten Fleischgerichten, Brot, Aufschnitt und verschiedenen Desserts einen reichhaltigen **Querschnitt durch die Speisekammer**. Jeder darf essen so viel er will und kann, es wird reichlich nachgelegt. Diesen Augen- und Gaumenschmaus sollte man sich mindestens einmal gönnen, eine gute Gelegenheit bietet sich oft während der Fährpassage auf der An- oder Abreise.

Fisch

Beim Blick auf die Speisekarte stellt sich die Frage: Fisch oder Fleisch? Meistens ist Fisch eine gute Wahl, denn in allen Variationen zählt er quasi zu den Grundnahrungsmitteln, und dank des kurzen Weges vom Kutter in die Küche ist er immer frisch. Den Alltagshunger stillen **fiskeboller, fiskepudding** und **fiskekaker**, die alle aus pürierten Fischresten bestehen, die mit Kartoffeln gebunden werden. Am besten schmeckt gedünsteter oder gebratener **Wildlachs** mit frischen Kräutern (Petersilie, Schnittlauch, Kerbel, Dill, Thymian, Basilikum und Fenchelkraut), zu dem meist Salzkartoffeln gereicht werden. Die an der Küste in großen Aquafarmen gezüchteten **Lachse** sind deutlich preisgünstiger, aber auch nicht so gut im Geschmack. Wurde **Dorsch** (oder Kabeljau, in Norwegen »skrei«), ursprünglich norwegische Hausmannskost, in der Vergangenheit recht rar, hat sich der Bestand mittlerweile durch das gute norwegische Fischereimanagement, die erfolgreiche Bekämpfung der russischen Piratenfischer sowie günstige Umweltbedingungen wieder erholt. Zudem darf der gesamte norwegische Kabeljau das Nachhaltigkeitssiegel MSC (Marine Stewardship Council) tragen. Auch der in letzter Zeit seltener gewordene **Hering** (sild) gehört zu den norwegischen Spezialitäten. Er wird in vielerlei Variationen und mit unterschiedlichen Marinaden zubereitet. Ein Genuss sind in Norwegen auch gekochte **Seeteufelfilets** und gebratene **Heilbuttschnitten**. Als Süßwasserfisch wird die **Forelle** in der norwegischen Küche sehr geschätzt. Vortrefflich schmecken ihre im Tannenholzrauch gegarten Filets. In der Zeit von Ende Juli bis Anfang September werden mancherorts in Salzwasser gekochte **Krebse** mit Dill angeboten.

Fleisch

Stehen »elg« oder »reinsdyr« auf der Speisekarte, kann man getrost zugreifen, denn **Elch- und Rentierfleisch** ist fettarm und zeichnet sich durch einen angenehmen Wildgeschmack aus. Vielerorts werden Elch- und Rentierbraten mit Preiselbeeren serviert. Auch geräuchert schmeckt Rentierfleisch vorzüglich.

Spezialitäten

Mutige können sich auch an die typischen Spezialitäten der traditionellen norwegischen Hausmannskost wagen, die allerdings immer öfter aus den Regalen der Supermärkte und von den Speisekarten der Restaurants verschwinden. Gewöhnungsbedürftig ist die **Blutwurst**, die mit Zucker und Butter serviert wird, ebenso der **blod-**

Getrockneter Kabeljau aus Norwegen findet freudige Abnehmer in ganz Europa und ist besonders in Italien heiß begehrt.



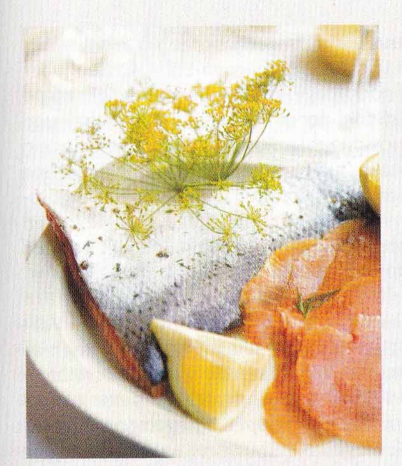
TYPISCHE GERICHTE



Rømmegrøt (Bild unten Mitte): Eine fette Grütze aus saurer Sahne, mit Grieß oder Mehl gebunden, die mit Zucker, Zimt und Butter verfeinert wird. Rømmegrøt ist quasi das norwegische Nationalgericht, jede Region, ja fast jede Familie bereitet den fetten Brei nach einem speziellen Rezept zu. In den Hütten im Gebirge steht rømmegrøt fast immer auf der Speisekarte.

Spekemat (Bild unten rechts): Gesalzenes und getrocknetes Fleisch hat eine lange Tradition. Vor allem ganze Schinken und Hammelkeulen sowie diverse Würste wurden nach der Herbstschlachtung im Speicher gelagert. Für das Wandern im Gebirge ist spekemat der ideale Proviant. Mit flatbrød, Sauerrahm und Rühreiern wird spekemat zu einem reichhaltigen Hauptgericht.





Gravlaks: Was man natürlich unbedingt probieren sollte, ist Lachs. Er ist gebraten, gedünstet, gegrillt oder geräuchert über alle Zweifel erhaben. Typisch norwegisch ist gravlaks. Der filetierte Fisch wird roh mit Pfeffer, Salz und Dill für 24 Stunden eingelegt und dann frisch serviert – eine ausgesprochene Delikatesse.

Geitost: Wenigstens ein Mal muss man den süßen geitost probieren. Entweder mag man den Karamellgeschmack und nimmt fortan immer ein Stück mit nach Hause, oder man belässt es beim Probieren. Er wird aus Ziegen- und Kuhmilch hergestellt, auch wenn der Name suggeriert, dass es sich um einen reinen Ziegenkäse handelt. Streng genommen handelt es sich nicht einmal um Käse, denn zu seiner Herstellung werden Molken langsam eingekocht, bis die Flüssigkeit karamellisiert. Mit dem Käsehobel vom Kiloblock in feine Scheiben geschnitten, wird er auf flatbrød gelegt und mit einem Teelöffel Marmelade verfeinert.





Moltebeeren: Vor allem in Nordnorwegen werden zum Nachtisch gerne Moltebeeren serviert. Die gelben, brombeerartigen Beeren schmecken mit Zucker und Schlagsahne ganz vorzüglich. Man kann sie aber auch zu Marmeladen verarbeiten.

pudding. Auch das **lungemos**, ein Lungenhaschee, ist nicht unbedingt jedermanns Geschmack. Nur Norwegen-Enthusiasten oder wirkliche Feinschmecker finden dagegen Gefallen an lutefisk und rakørret. **Lutefisk** ist **Stockfisch**, der einige Tage in einer Lauge und dann noch in Wasser renaturiert wurde. Für viele Norweger ist er ein traditionelles Weihnachtsessen, aber selbst bei den Einheimischen ist das Urteil über diese Spezialität gespalten. **Rakørret** ist vergorene, gesalzene Forelle, die vor dem Verzehr einige Monate reifen muss. **Gammelost** bedeutet soviel wie alter Käse. So sieht er auch aus, und riechen tut er sogar nach ganz altem Käse.

Brot

Beim Gang durch den Supermarkt sucht man Schwarz- oder Vollkornbrot meist vergebens. Gewöhnungsbedürftig ist auch, dass vielen Brotsorten Zucker zugesetzt wird. **Flatbrød** ist die hauchdünne Variante des Knäckebrots. Früher aus der Not heraus nur einmal jährlich gebacken und dann im Vorratsspeicher gelagert, hat es nichts von seiner Beliebtheit eingebüßt. Statt Brot werden auch gerne **lefser** und **lumper**, weiche Fladen aus Kartoffelmehl, gegessen.

Kaffee, Milch und Wasser

Das Nationalgetränk der Norweger ist **Kaffee**, der morgens, mittags, abends und selbst um Mitternacht getrunken wird. Außer Kaffee ist noch **Milch** in allen Variationen beliebt. »H-melk« ist Vollmilch, »lett melk« die fettarme Variante, »kulturmelk« kennen wir als Buttermilch, »skummet kulturmelk« ist fettarme Buttermilch. Außerdem gibt es noch verschiedene Sauermilchtypen wie »cultura« und »kefir«. **Mineralwasser** ist eher selten in Norwegen, die einzige heimische Quelle Farris kann sich wegen der fehlenden Konkurrenz »The King of Table Waters« nennen.

Bier, Wein und Hochprozentiges

Norwegen hat sehr **restriktive Alkoholgesetze**, die in den letzten Jahren jedoch etwas gelockert worden sind. Geblieben sind aber die hohen Preise, die um ein Vielfaches über deutschem Niveau liegen. Private Schnapsbrennereien sind verboten, der Vertrieb und Ausschank alkoholischer Getränke ist streng reglementiert. In Supermärkten gibt es nur Bier. Wein und hochprozentige alkoholische Getränke wie Aquavit dürfen nur die wenigen unter staatlicher Regie stehenden **Vinmonopolet-Geschäfte** verkaufen, die nur in größeren Orten zu finden sind. Norwegen ist verständlicherweise kein Land der Weintrinker, obwohl sich in den letzten Jahren die Qualität der eingeführten Weine verbessert hat. Die meisten Restaurants haben eine Ausschanklizenz für Bier und Wein. Hochprozentiges (brennevin) ist an den Bars der größeren Hotels zu haben. An Sonn- und Feiertagen herrscht aber Ausschankverbot für hochprozentige alkoholische Getränke. Doch ob man sich für Bier, Wein oder Hochprozentiges entscheidet: Die Preise lassen wenig Freude aufkommen.
ww.vinmonopolet.no

FEIERN

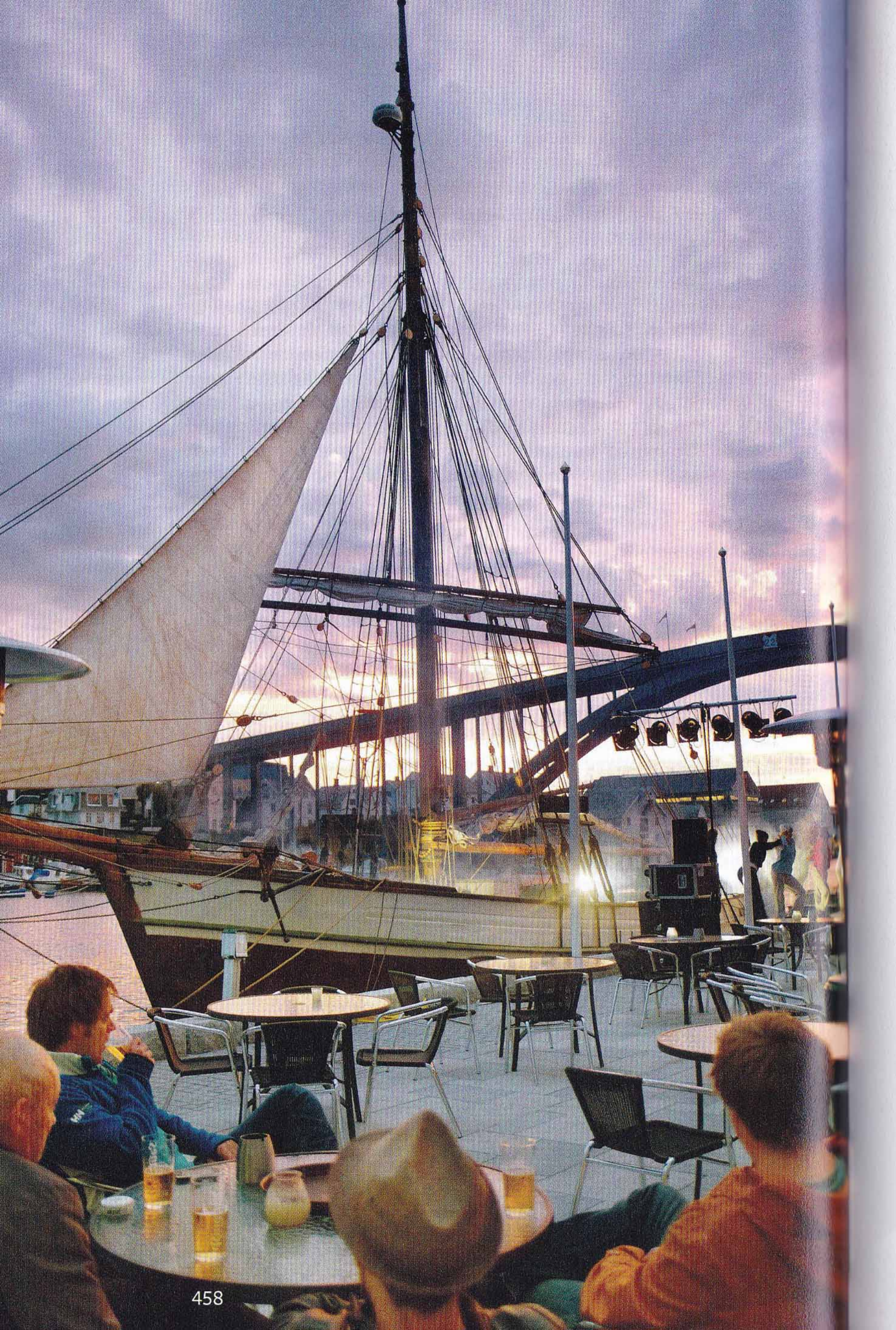
Die Norweger feiern gern: ob am Nationalfeiertag das Ende der dänischen Herrschaft oder zu Mittsommer den längsten Tag des Jahres. Besonders sehenswert: das farbenfrohe Osterfest der Samen in der Finnmark.

17. Mai, National-feiertag

Der Nationalfeiertag am 17. Mai ist für viele Norweger ein willkommener Anlass, um ausgelassen zu feiern. Im ganzen Land finden festliche **Umzüge** statt, bei denen vor allem die norwegische Flagge nicht fehlen darf. Besonders viel Trubel herrscht an diesem Tag in Oslo auf der Prachtstraße Karl Johan gate. Zwischen Storting und Schloss stehen die Menschen schon am Morgen dicht gedrängt, schwenken ihre Fähnchen und schwelgen in Nationalstolz. Bei dieser Gelegenheit gedenken Sie voller Stolz des Jahres 1814, als Norwegen sein Grundgesetz erhielt und die 400-jährige dänische Herrschaft zu Ende ging. Schon lange ist der 17. Mai vor allem ein **Familienfest**, bei dem die Kinder im Mittelpunkt stehen. Sie veranstalten Umzüge, bei denen sie zu Trommelwirbeln und Marschmusik des Schulkorps mit norwegischen Fahnen den begeisterten Zuschauern zuwinken. In Oslo ziehen sie am Königlichen Schloss vorbei, und natürlich winkt ihnen die **königliche Familie** vom Balkon stundenlang zu.
Am Nationalfeiertag geht es aber nicht nur traditionell und gesittet zu, denn an diesem Tag erreicht auch das **russfeiring** seinen Höhepunkt. Wenn norwegische Schüler die Oberstufe abgeschlossen haben, nennen sie sich »russ«, wobei die Absolventen der Gymnasien sich »rødruss« und die der Handelsgymnasien sich »blåruss« nennen. Erstere tragen rote, letztere blaue Mützen und Kleidung. Auch die Schulabgänger veranstalten Umzüge, bei denen es allerdings erheblich wilder und lauter zugeht und bei denen oft der Alkohol in Strömen fließt.

Mittsommer

Ein willkommener Anlass zum Feiern ist auch Mittsommer, die kürzeste Nacht des Jahres. Jeder freut sich auf diesen Tag, weil ab Ende Juni die **Freiluftsaison** so richtig beginnt. Auch im Gebirge ist nun der letzte Schnee geschmolzen, und die Vegetation steht in voller Blüte. In der Mittsommernacht werden im ganzen Land große **Feuer** angezündet, man sitzt zusammen, klönt mit Freunden, isst und trinkt. Einige stimmt Mittsommer aber auch ein wenig melancholisch, denn von nun an werden die Tage wieder kürzer, und der nächste Winter ist nicht mehr allzu weit. Doch bis dahin wird überall gefeiert, jeder Ort veranstaltet mindestens ein **Hafen- oder Sommerfest**. Sehr beliebt sind auch **Musikfestivals** im Freien, egal ob Jazz, Blues oder Klassik auf dem Programm stehen.



Ostern

Eines der farbenprächtigsten Feste ist das **Osterfest der Samen** in der Finnmark, für das sich die weite Anreise in den hohen Norden lohnt. Nirgendwo sonst sind so viele farbenfrohe Trachten wie während der Osterfeiern in Kautokeino zu bewundern. Früher, als die Samen noch als Nomaden mit ihren Rentieren durch den Norden Skandinaviens zogen, war das Osterfest eine der wenigen Gelegenheiten, die über die ganze Finnmark verstreuten Freunde und Verwandten wiederzusehen. Ostern waren die dunklen Wintertage vorbei, was allein schon genug Grund zum Feiern war; endlich konnten Paare heiraten und Kinder getauft werden. Seit 1972 gibt es das samische Festival zu Ostern. Spektakulär sind die **Rentierschlittenrennen**, bei denen die ansonsten trägen Tiere mit atemberaubender Geschwindigkeit um die Bahn rasen. Kultureller Höhepunkt ist der **Sami Grand Prix**, das alljährliche Treffen samischer Musiker in Kautokeino.

Weihnachten

Für alle Norweger ist Weihnachten das wichtigste Fest des Jahres, das fast ausschließlich im Kreis der Familie gefeiert wird. Doch auch Touristen bekommen viel von der vorweihnachtlichen Stimmung mit. Auf vielen Plätzen stehen mit Kerzen geschmückte **Weihnachtsbäume**, und die Straßen sind voller Girlanden und Lichter. Schon Wochen vor dem Fest wird das **Juleøl**, das Weihnachtsbier, gebraut. Auch **Julekaker**, ein süßes Weihnachtsbrot, das Ähnlichkeit mit unserem Christstollen hat, gehört zur Vorweihnachtszeit. Restaurants bieten ein opulentes Weihnachtsbüfett an, und auch stimmungsvolle **Weihnachtsmärkte** haben Tradition.

VERANSTALTUNGSKALENDER

FEIERTAGE

1. Januar (Neujahr)
Palmsonntag
Gründonnerstag
Karfreitag
Ostersonntag
Ostermontag
1. Mai (Tag der Arbeit)
17. Mai (Nationalfeiertag)
Christi Himmelfahrt
Pfingstsonntag
Pfingstmontag
25. und 26. Dezember (Weihnachten)

FERIENTERMINE

Schulferien beginnen i. d. R. in der letzten Juniwoche und dauern bis Mitte August. Allgemeine Betriebsferien sind in den drei letzten Juliwochen. Während dieser Zeit sind viele Norweger im Land unterwegs, deshalb können Hütten und Hotels ausgebucht sein. Die Herbstferien liegen zwischen der 40. und 42. Kalenderwoche, Winterferien zwischen der 7. und 10. Kalenderwoche, die Weihnachtsferien beginnen meist am 22. Dezember und dauern bis zum 2./3. Januar.

Entspannt zuschauen beim Filmfestival Haugesund, jährlich im August

FESTE UND EVENTS

Eine sehr ausführliche Zusammenstellung der Feste und Veranstaltungen ist zu finden unter:
www.norwayfestivals.com

JANUAR

Internationales Filmfestival in Tromsø
www.tiff.no

JANUAR/FEBRUAR

Nordlichtfestival in Tromsø: Die Musikpalette reicht von Klassik und Jazz bis zu Werken zeitgenössischer Komponisten.
www.nordlysfestivalen.no

FEBRUAR

Rørosmartnan, Wintermarkt in Røros
www.rorosmartnan.no

MÄRZ

Holmenkollen-Skifestival in Oslo mit Weltcup-Rennen im Skilanglauf, Nordischer Kombination und Skispringen
www.skiforeningen.no/holmenkollen
Internationales Langlaufrennen Birkebeiner zwischen Lillehammer und Rena
www.birkebeiner.no
Finnmarksløpet, Europas längstes Hundeschlittenrennen über rund 400 km durch die Finnmark
www.finnmarkslopet.no

MÄRZ/APRIL

Osterfestival der Samen in Kautokeino und Karasjok. Ein Höhepunkt sind die Rentierschlittenrennen, an denen auch Touristen teilnehmen können. Beim Sami Grand Prix bekommt man auch den Joik, den traditionellen Gesang der Samen, zu hören.
www.samieasterfestival.com

MAI

Norwegischer Nationalfeiertag am 17. Mai mit festlichen Umzügen vor allem in Oslo

MAI/JUNI

Ende Mai fängt die Festwoche in Bergen an mit namhaften Interpreten klassischer und moderner Musik sowie der darstellenden Kunst.
www.fib.no

JUNI

Nordkap-Festival in Honningsvåg
www.radionordkapp.no/festivaler/nord kappfestivalen
Die »Große Kraftprobe«, ein Jedermann-Radrennen, das über 543 km von Trondheim nach Oslo führt. Auch Strecken von 63, 136, 191 und 279 km und nur für Frauen.
www.styrkeproven.no
Am Johannistag (23. Juni) finden im ganzen Land Mittsommernachtsfeiern, oft mit Feuern, statt.
Nordnorwegen-Festspiele in Harstad mit Musik, Theater, Tanz und Kunstausstellungen.
www.festspillnn.no
Bei den Osloer Bislett Games gehen die weltbesten Leichtathleten auf Weltrekordjagd.
oslo.diamondleague.com
Mitternachtssonnen-Marathon in Tromsø
www.msm.no

JULI

Kongsberg Jazzfestival
kongsbergjazz.no
Beim größten Jazzfestival Norwegens in Molde treten auch viele internationale Künstler auf
www.moldejazz.no
Aufführungen (in Verdal bei Trondheim) zu Ehren des hl. Olav und der historischen Schlacht von Stiklestad
www.stiklestad.no
Riddu Riddu Festival, Treffen samischer Künstler in Kåfjord/Troms
www.riddu.no

AUGUST

Schalentierfestival in Mandal
www.skalldyrfestivalen.no

BAEDEKER ÜBERRASCHENDES

6X GUTE LAUNE

Das hebt die Stimmung.

1. SCHLEMMEN UND SHOPPEN

Wenn Sie in **Hammerfest** ein gemütliches Café suchen mit selbstgebackenem Kuchen und leckeren Kleinigkeiten, dann ist das No. 19 das richtige. Vor oder nach dem Kaffee verführt die Boutique zum Kauf von originellen Küchenutensilien, Kaffee oder Tee. (▶ **S. 116**)

2. MEERES-DELIKATESSEN

Das alljährliche Schalentierfestival in **Mandal** lockt einige Tausend Besucher an. Der wahrscheinlich längste Straßentisch mit allerlei Köstlichkeiten des Meeres ist die Hauptattraktion. (▶ **S. 215**)

3. DER WEISSE SCHWAN VOM MJØSA

So wird der »Skibladner«, der älteste noch in Betrieb befindliche Raddampfer der Welt, genannt. Das charmante Dampfschiff lädt im Sommer fast täglich zu einer Minikreuzfahrt über den **Mjøsa**, den größten See Norwegens ein. (▶ **S. 217**)

4. WASSER IM ÜBERFLUSS

Der Freizeitpark Bø Sommarland ist eine der größten Attraktionen am **Telemarkkanal**. In erster Linie für Kinder und Jugendliche, stürzt sich aber auch so mancher jung Gebliebene in die knapp zwei Dutzend Wasseraktivitäten. (▶ **S. 340**)

5. SYMPATHISCHER NATIONALSTOLZ

Am Nationalfeiertag am 17. Mai versinkt **Oslo** in einem blau-rot-weißen Fahnenmeer, wenn die Kinder am Königsschloss vorbeiziehen. Die Norweger sind stolz auf ihr Land und zeigen dies auf eine sehr sympathische Weise. (▶ **S. 457**)

6. MIT TROLLEN SPEISEN

Ergeben Sie sich mal ganz und gar dem Kitsch und Klischee und essen Sie im Restaurant Trollsalen im Familienpark Hunderfossen bei **Lillehammer**, umgeben von Trollen und Märchendarstellungen. (▶ **S. 197**)

Beim Holzbootfestival im Hafen von Risør geben sich alte und neue, große und kleine Holzboote ein Stelldichein.
www.trebatfestivalen.no
Peer-Gynt-Festival in Vinstra im Gudbrandsdal mit Theateraufführungen zur Musik von Edvard Grieg
www.peergynt.no
Neben Molde, Kongsberg und Voss findet das wichtigste Jazz-Festival des Landes in Oslo statt.
www.oslojazz.no
In Haugesund findet das wichtigste Filmfestival des Landes statt. Verliehen wird jedes Jahr der begehrte Amanda-Preis, der norwegische Oscar.
www.filmfestivalen.no
Kulinarisches Festival für norwegisches Essen und Trinken in Ålesund
www.matfestivalen.no

SEPTEMBER
Soweit die Füße tragen durch die Hauptstadt: der Oslo-Marathon
www.oslomaraton.no

DEZEMBER
Verleihung des Friedensnobelpreises am 10. Dezember in Oslo

SHOPPEN

Obwohl Norwegen teuer ist, lohnt es sich, besonders im Bereich Kunsthandwerk, genau hinzusehen, denn die Qualität ist oft hervorragend. Und durch das Tax-free-Shopping-System wird der hohe Preis z. T. auch etwas gemildert.

Teures Reiseland Speziell zum Shopping wird wohl kaum jemand nach Norwegen fahren, denn das Land zählt schon lange zu den teuersten Reiseländern. So hat es schon Tradition, dass man vor der Abfahrt den Kofferraum voller Lebensmittel packt und vor allem auch einen Vorrat an Bier und Wein mit in den Norden nimmt. Denn neben Restaurantbesuchen ist Alkoholisches in Norwegen sehr viel teurer als bei uns. Doch man sollte sich von den hohen Preisen nicht abschrecken lassen, sondern hin und wieder einen Blick in die Kunsthandwerksläden und Souvenirshops werfen – es lohnt sich.

Kunsthandwerk Beliebt als Souvenir ist norwegisches Kunsthandwerk, vor allem **Gebrauchsartikel** aus Holz (Löffel und Gabeln), Glas, Zinn, Emaille und Messing. Auch Handarbeiten wie Puppen in Nationaltracht, Webwaren, Wandteppiche und Stickereien sind als Souvenirs begehrt. Der nächste Winter kommt bestimmt, warum also nicht nach bunten Strickmützen oder gar wärmenden Socken und Strümpfen aus Schafwolle Ausschau halten. Berühmt für Strickwaren ist das Setesdal. Eine gute Auswahl an traditionellem Kunsthandwerk bieten in vielen Städten die **Husfliden-Läden**.

Design-orientiert Modernes norwegisches Design zeichnet sich durch einfache und **klare Linienführung** aus. Dies gilt nicht nur für die aus hellem Holz gefertigten Möbel, sondern auch für diverse Gebrauchsgegenstände und kunsthandwerkliche Erzeugnisse.

Glas und Porzellan Seit dem 18. Jh. bringen norwegische Glasmacher wunderschöne Arbeiten auf den Markt. Starker Nachfrage erfreuen sich verschiedenartige **Kristallfiguren**. Norwegische Töpferwaren und vor allem aber Porzellan, das in die ganze Welt exportiert wird, sind ihren Preis wert.

Schmuck und Steine Beliebte Reisemitbringsel sind **Schmucksteine** (u. a. Thulit, Mylonit, Peridotit, Amazonit), aber auch Wertvolles aus Gold und Silber, etwa Silberschmuck aus der Telemark. Der Hit unter den Reisemitbringseln aus Norwegen ist **Goldschmuck im altnordischen Stil** bzw. originalgetreu nachgebildeter Gold- und Silberschmuck aus der Zeit der Wikinger.

Felle und Pelzwaren Viele motorisierte Norwegen-Besucher lassen es sich nicht nehmen, **Rentierfelle und -geweihe** bzw. Schnitzereien aus Geweihen als Andenken mit nach Hause zu nehmen. Die von norwegischen Gerbern und Kürschnern gefertigten Waren gehören anerkanntermaßen zu den besten Erzeugnissen ihrer Art auf der Welt. Die Preise sind der **hohen Qualität** angepasst.

Wärmende Andenken wie Fellschuhe können Sie auf einem samischen Markt in Kautokeino ergattern.



KUSCHELNORWEGER

BAEDEKER WISSEN

Wird nach zusammengesetzten Begriffen mit dem Bestandteil »Norwegen« gefragt, fällt den meisten Menschen sofort der Norwegerpullover ein. Der Inbegriff des warmen und kuscheligen Kleidungsstücks aus Wolle lässt an klirrende Winterkälte denken, an Nordlichter, auf jeden Fall an das Land im Norden, als dessen typischstes Mitbringsel der Pullover mit seinem charakteristischen Muster gilt. Dabei stammt er eigentlich aus Island ...

Man bekommt ihn in Norwegen in Souvenirläden und Kaufhäusern, aber auch im Internet ist das Angebot riesig. Mittlerweile gibt es ihn nicht nur als klassischen Norwegerpullover mit Rundpasse, sondern auch als Rollkragenpullover, Cardigan oder Kapuzenpulli in allen nur denkbaren Farbkombinationen und Mustern. Als Materialien werden heute Schafwolle, Baumwolle, Mohair oder auch Synthetik verarbeitet. Bei einer derartigen Vielfalt stellt sich natürlich die Frage: Was macht einen »echten« Norwegerpullover aus?

Historische Formen

Früher strickten die Frauen der norwegischen Fischer ihren Männern Pullover aus grober, dicker Schafwolle, die auch bei Wind und Wetter warmhielten. Da in der Regel ungefärbte Wolle verarbeitet wurde, waren die Pullover braun mit weißen Mustern. Als Motive waren Rauten, Schneeflocken, Sterne, Eiskristalle, Elche oder Rentiere ebenso beliebt wie traditionelle Familienwappen. Diese befanden sich häufig am Kragen bis unter die Brust, manchmal auch noch zusätzlich an den Ärmelenden und am Bund.

Charakteristisch ist zudem der **T-Schnitt**, der Pullover besitzt also ein glattes Vorder- und Rückenteil mit angesetzten Ärmeln. Damit unterscheidet er sich vom Islandpullover, der aus einem Stück mit einer langen Rundstricknadel gestrickt wird. Die Ärmel gehen wie beim Raglan bis zum Halsausschnitt, sind aber nicht angesetzt.

Isländische Wurzeln

Genau genommen stammt der Norwegerpullover auch gar nicht aus Norwegen, sondern aus Island sowie von den Färöer- und Shetlandinseln. In Island heißt er Lorapeysa, wird seit jeher aus grober Schafwolle gestrickt, ist warm, wasserabweisend, atmungsaktiv und erstaunlich winddicht, also ideal für den Aufenthalt im Freien, auch bei garstigem Wetter. Damit ist er der Vorläufer der modernen Outdoorbekleidung.
Echt ist der Isländer nur, wenn er aus **Lopiwolle** von isländischen Schafen gestrickt wurde. Das Besondere ist, dass sie aus dem längeren und dickeren Oberhaar und dem flauschigen und dichten Unterhaar der Tiere besteht und so die guten Eigenschaften von Schurwolle und Mohair vereint. Durch den hohen Anteil an Wollfett ist Lopiwolle wasserabweisend.
Egal wo man in Finnland, Schweden, Dänemark, Norwegen, Grönland oder Island unterwegs ist, überall findet man Pullover mit ähnlichen Motiven. Einige behaupten, dass dies den Wikingern zu verdanken sei, die schon im 8. Jh. mit ihren schnellen Schiffen zwischen Skandinavien, Island und den Shetlandinseln unterwegs waren und die Muster mitgebracht haben.

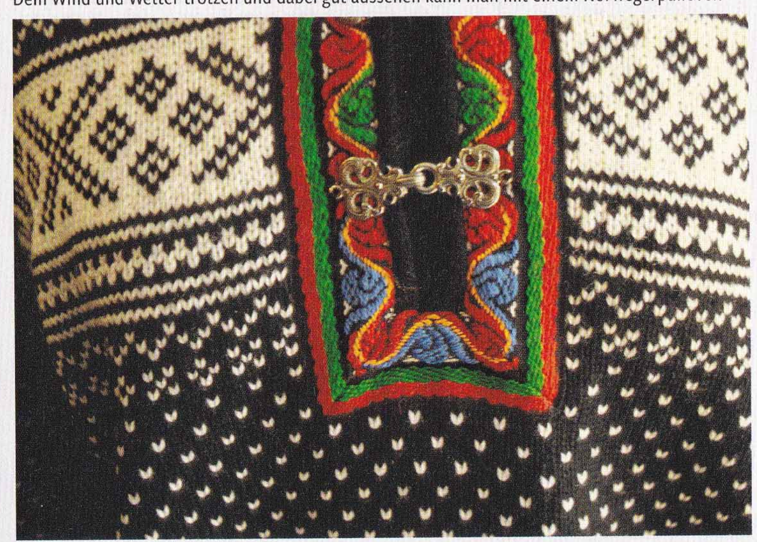
Durchbruch

Beim Gedanken an einen Pullover aus grober Schafwolle stellen sich bei vielen gleich die Haare auf. Es ist vielleicht der einzige Grund, sich keinen Norweger oder Isländer anzuschaffen, denn wer empfindlich ist, der gewöhnt sich nur schwer an das Kratzen.
Den Aufstieg von der praktischen Fischerkluft zum gesellschaftsfähigen Kleidungsstück schaffte der Norwegerpullover jedenfalls im Jahr 1922, als der **Prince of Wales** bei einem prestigeträchtigen Golfturnier einen solchen der Öffentlichkeit präsentierte. 1960, als Aerodynamik bei Skirennen noch keine Rolle spielte, trat Willy Bogner bei den Olympischen Spielen in Squaw Valley in einem Norwegerpullover an. In den 1970er-Jahren gehörten die Isländerpullover auch in Deutschland für jeden Anhänger der Ökologie- und Alternativbewegung als **Inbegriff der Natürlichkeit** in jeden Kleiderschrank. Legendär ist die Persiflage von Diether Krebs als »Martin« in seinem Grobstrickpulli auf die Öko-Aktivisten der Siebziger.

Unverwüstlich

Ein echter Norwegerpullover ist nicht billig, hält bei richtiger Pflege dafür aber ewig. Bei sehr günstigen Angeboten kann man mit ziemlicher Sicherheit davon ausgehen, dass Kunstfasern verwendet wurden. Wer es traditionell mag, sollte eher schwarz mit weißen Mustern als Blau, Rot oder Grün als Grundfarbe nehmen und sollte darauf achten, dass nur reine Wolle verarbeitet wurde. Der echte Isländerpullover ist ebenfalls aus reiner Wolle und nicht schwarz, sondern traditionell braun mit weißen Mustern.

Dem Wind und Wetter trotzen und dabei gut aussehen kann man mit einem Norwegerpullover.



Spielzeug Formschönes **Holzspielzeug** und liebevoll gefertigte Stoffpuppen lassen nicht nur Kinderaugen leuchten. Die in der norwegischen Mythologie verwurzelten **Trolle** hingegen werden sowohl als hübsche Holzschnitzarbeiten als auch als billiger Kunststoffkitsch angeboten.

Bauernmalerei Besonders in den Landschaften Telemark und Hallingdal ist die norwegische Bauernmalerei zu Hause. Hier werden seit Jahrhunderten Möbel und andere Gegenstände aus Holz vornehmlich mit **Rosenmotiven** verziert.

Ess- und Trinkbares Bei Hochprozentigem sollte man zum echten Linie **Aquavit** greifen, typisch norwegisch sind auch **Moltebeeren-Marmelade** und der braune **Geitost**.

Tax-free-Shopping Das hohe Preisniveau wird durch das Tax-free-Shopping-System ein gutes Stück erträglicher. In mehr als 3000 Geschäften mit dem Tax-free-Shopping-Logo können sich ausländische Touristen bei der Ausreise die Mehrwertsteuer zurückerstatten lassen. Da jedoch nicht alle Geschäfte das Logo zeigen, lohnt es sich, die Verkäufer zu fragen, ob den Kunden dieses Angebot gemacht wird. Die Verkaufssteuer liegt in Norwegen für normale Güter bei 25 Prozent und ist im Verkaufspreis enthalten, davon entfallen 20 Prozent auf die **Mehrwertsteuer**, bis zu 19 Prozent werden beim Tax-free-Shopping rückerstattet. Die Mehrwertsteuer für Lebensmittel beträgt 15 Prozent. Der von der Regierung festgesetzte Mindestverkaufspreis, der zu einer Erstattung berechtigt, liegt bei 315 norwegischen Kronen, beziehungsweise bei 290 norwegischen Kronen für Lebensmittel.
Nach dem Einkauf bekommt man einen Tax-free-Schein ausgestellt, dessen Rückseite am besten noch im Geschäft ausgefüllt werden sollte. Die erworbenen Waren werden verpackt und versiegelt. Sie dürfen erst außerhalb Skandinaviens wieder ausgepackt werden. Die Steuer wird dem Käufer **bei der Ausreise zurückerstattet**. Bei der Ausreise aus Norwegen legt man dem Repräsentanten von Norway Tax-free-Shopping (nicht dem Zöllner!) die gekauften und versiegelten Waren vor, samt Ausweis und den von den autorisierten Geschäften ausgestellten Tax-free-Shopping-Schecks. Dann erhält man die Mehrwertsteuer abzüglich einer Gebühr zurück.
erstattet. Weitere Auskünfte erteilt: www.globalblue.com.

Ladenöffnungszeiten Ein einheitliches Ladenschlussgesetz gibt es in Norwegen nicht. Die **Geschäfte** haben normalerweise Mo. – Fr. 9/10 – 16/17, Do. bis 18/20, Sa. 9 – 13/15 Uhr geöffnet. Viele **Supermärkte** öffnen abends bis 20, Sa. bis 18 Uhr. Wein und Spirituosen gibt es im **Vinmonopolet.** Die Alkoholläden sind in der Regel Mo. – Fr. von 10 – 18 und Sa. von 9 – 15 Uhr geöffnet; genaue Öffnungszeiten
www.vinmonopolet.no.

ÜBERNACHTEN

Norwegische Hotels haben einen recht hohen Standard. Oft gibt es preiswertere Familienzimmer – oder man wählt eine Pension. Auf dem Land bieten sich Hütten, Ferienhäuser, Jugendherbergen und Camping an. Auch »Ferien auf dem Bauernhof«-Angebote sind immer mehr im Kommen.

Hütte und Ferienhaus Für viele Norweger gehört die einsame Hütte im Gebirge, am Fjord oder im Wald mit dem eigenen kleinen See vor der Tür zum Lebensgefühl. Selbst wenn viele natürlich mittlerweile auch gerne in die Wärme fliegen, verzichten sie nur ungern auf ein paar Urlaubstage in der Einsamkeit. Entweder man fährt in die eigene Hütte oder man kennt jemanden, der einem seine überlässt. Dabei spielt der Komfort des Feriendomizils oft keine Rolle, so manche Hütte hat kein elektrisches Licht, und das Wasser muss aus dem Brunnen oder nahen Bach geholt werden. Auch viele Norwegenreisende schätzen mittlerweile die Vorteile eines Ferienhauses. Die Auswahl reicht von der spartanisch eingerichteten **Fischerhütte** (Rorbu) über die ebenfalls einfache **Berghütte** (Fjellhytte) oder die **Campingplatzhütte** bis zum luxuriösen Feriendomizil. Meist hat man die Wahl zwischen **Ferienhaussiedlungen** und einzeln stehende Häusern. Die Preise für ein Ferienhaus oder eine Hütte sind stark von der Jahreszeit, der Ausstattung und der Größe abhängig, doch in der Regel ist ein Hüttenurlaub deutlich billiger als eine Hotelunterkunft.
Unzählige **Ferienhausagenturen** tummeln sich auf dem Markt, wer rechtzeitig bucht, findet bestimmt sein Traumhaus. Eine große Auswahl bieten z. B. Dansommer und Novasol.
www.dansommer.de, www.novasol.de

Ferien auf dem Bauernhof Noch relativ jung ist in Norwegen das Angebot »Ferien auf dem Bauernhof«. In den letzten Jahren ist jedoch die Zahl der bäuerlichen Betriebe, die Fremdenzimmer mit und ohne Verpflegung, Ferienwohnungen und Ferienhäuschen anbieten, auf mehr als 200 gestiegen. Auf vielen Höfen werden noch Tiere gehalten, und man hat Gelegenheit zum Reiten. Urlaub auf dem Bauernhof ist auch in Norwegen eine preiswerte Alternative zu den für Familien recht kostspieligen Aufenthalten in Hotels oder hotelbetriebsmäßig geführten Ferienparks. Besonders stimmungsvoll sind die mittelalterlichen Höfe in der Region Gudbrandsdal. Eine Übersicht der rund 200 Bauernhöfe, auf denen man Urlaub machen kann, gibt es auf
www.visitnorway/de/hotels-mehr-in-norwegen/bauernhof

B&Bs und Pensionen In einigen von Touristen stark frequentierten Orten und Regionen werden **Zimmer mit Frühstück** angeboten. Auskünfte erteilen die

regionalen Fremdenverkehrsbüros. An den Straßenrändern sieht man häufiger Schilder mit »rom« oder »overnatting«, die auf private Zimmer hinweisen.
Ebenfalls etwas preiswerter als Hotels sind **Pensionen** und **Gasthäuser**, die sich Pensjon, Gjestgård, Gård, Fjellstue, Gjestgiveri oder Turistheim nennen. Informationen und einen Online-Katalog aller Anbieter findet man unter
www.bbnorway.com

Vandrerhjem

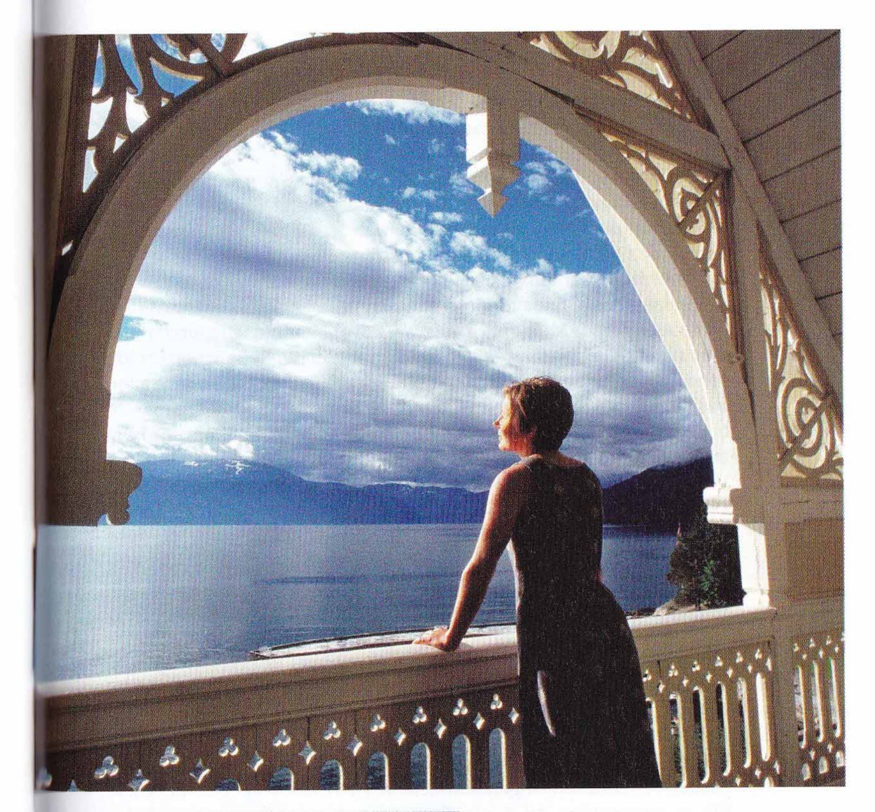
Die rund 25 **Jugendherbergen** in Norwegen heißen Vandrerhjem. Sie haben schon lange nicht mehr nur spartanisch eingerichtete Schlafsäle und sind nicht nur für Jugendliche zugänglich. Weitere Infos unter: www.hihostels.no. Jugend- und Familienherbergen in Norwegen sind eine gute Alternative für Reisende, die eine günstige Unterkunft suchen. Meistens kommt man in **Einzel- bis Vierbettzimmern** oder speziellen **Familienzimmern** unter. Mitglieder der Herbergsverbände erhalten Ermäßigungen.
www.hihostels.com

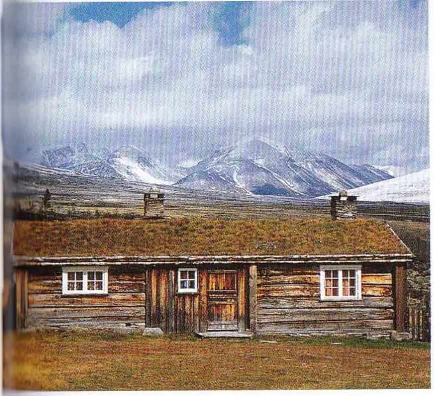
Hotels

Die norwegischen Hotels entsprechen in Komfort und Service dem internationalen Standard vergleichbarer Preisklassen. In den großen Städten findet man luxuriöse Hotels, aber auch viele kleinere Orte haben vortreffliche Häuser. Selbst im hohen Norden gibt es gute Hotels und behaglich eingerichtete Gasthöfe. Obwohl es kein Sternesystem gibt, ist der Standard generell hoch. Zahlreiche Häuser bieten übrigens preiswerte Familienzimmer mit drei bis fünf Betten an. Manche Berghotels sind nicht das ganze Jahr über, sondern nur während der Sommer- bzw. Wintersaison geöffnet. Viele norwegische Hotels sind behindertengerecht ausgestattet, einige von ihnen bieten darüber hinaus spezielle Einrichtungen für Allergiker an.
Als **Turisthotell** oder Høyfjellshotell wird eine komfortable Unterkunft im Gebirge bezeichnet, die abseits von Siedlungen liegt. **Pensjonater** sind kleinere Hotels, ein Gasthof heißt **Gjestgiveri**.

Buchung und Vergünstigungen

Das Preisniveau der norwegischen Hotels ist ziemlich hoch. Viele erstklassige Hotels bieten aber während der Sommersaison oder sogar ganzjährig an Wochenenden **Zimmer zu reduzierten Preisen** an. Um die Sonderangebote der Hotelketten nutzen zu können, muss man häufig einen Hotelpass oder Hotelscheck erwerben. Einige Vergünstigungen gelten in allen skandinavischen Ländern, u. a. der Nordic Hotel Pass. Die Hotelschecks müssen vor Antritt der Reise in Deutschland, Österreich, in der Schweiz oder in einem skandinavischen Land erworben werden. In Norwegen gehören viele Hotels zu großen internationalen und nationalen Ketten (u. a. Best Western, Choice, Radisson/SAS, Scandic). Vor allem in den Oster- und Sommerferien ist es ratsam, Hotelübernachtungen **im Voraus zu bu-**





OBEN: Das Kviknes Hotel von 1894 in Balestrand liegt direkt am Sognefjord.
UNTEN: Urlaub in der Berghütte ist meist deutlich günstiger als im Hotel – und wildromantisch.

chen. Ein aktuelles Unterkunftsverzeichnis kann beim Norwegischen Fremdenverkehrsamt in Hamburg angefordert werden (▶ Praktische Informationen).
Hotelpass: www.nordicchoicehotels.com

Camping-plätze

In Norwegen gibt es rund 1400 klassifizierte **Campingplätze**. Sie sind in fünf Kategorien (1–5 Sterne) unterteilt. Außerdem gibt es noch eine große Anzahl nicht klassifizierter Plätze. Manchmal handelt es sich nur um eine Wiese in der Nähe eines Bauernhofes, die im Sommer zum Campingplatz umfunktioniert wird. Bei der Auswahl des Platzes sollte man aber nicht nur nach der Anzahl der Sterne gehen, denn gerade kleine, einfache Plätze liegen oft in wunderschöner Umgebung. Die meisten Campingplätze sind mit den üblichen sanitären Einrichtungen (Duschen, Waschräume) und Kochgelegenheiten ausgestattet. Auf größeren Plätzen gibt es auch Lebensmittelmärkte und Cafeterien. Außerdem stehen auf vielen Plätzen **Campinghütten** (einfache Holzhäuschen mit vier bis sechs Schlafplätzen) zur Verfügung, die auch tageweise vermietet werden.
Die Fremdenverkehrsverbände, Automobilclubs und Campingorganisationen geben jährlich aktualisierte **Campingplatzverzeichnisse** heraus, aus denen Lage, Größe, Einrichtungen und Qualität der einzelnen Plätze zu ersehen sind. Infos unter
www.camping.no, www.nafcamp.com

Wichtig für Wohnwagen und -mobile

Campmobile dürfen höchstens 2,30 m breit sein. Ein Wohnwagengespann darf nicht länger als 18,50 m und nicht breiter als 2,50 m sein. Doch nicht alle Straßen dürfen von Wohnwagengespannen befahren werden. Die norwegische Straßenbauverwaltung gibt eine **Straßenkarte für Wohnmobiltouristen** heraus, auf der alle für Wohnwagen gesperrten Straßen eingezeichnet sind. Ferner sind auf der Karte alle Plätze eingetragen, an denen Entsorgungseinrichtungen zur Verfügung stehen, die sich für Wohnwagentouristen eignen. Die Karte kann bestellt werden bei: www.kartverket.no.
Die wachsende Zahl der Wohnmobiltouristen stellt die freizügige Handhabung des Jedermannsrechts (s. u.) immer mehr in Frage. Verunreinigungen und rücksichtsloses Verhalten haben schon zu heftigen **Konflikten** zwischen Grundbesitzern und Campern geführt. Wohnmobiltouristen sollten deshalb nur auf den extra für sie ausgewiesenen Plätzen bzw. auf Campingplätzen übernachten.

Freies Zelten

Wer in der freien Landschaft (Achtung: Campen in Naturschutzgebieten und militärischen Sperrzonen ist verboten!) kampieren will, sollte in der Nähe von Privatgrundstücken vorher stets den Besitzer um Erlaubnis fragen. An der Küste oder an Fjorden ist es ratsam, das Zelt so aufzustellen, dass der Eingang im Windschatten liegt. In den nördlichen Regionen ist ein **Moskitonetz** unerlässlich.

Jedermanns-recht

In Norwegen hat jedermann das Recht, Strand, Ufer, Wald und Wiese auch dann zu benutzen, wenn sie Privateigentum sind. Die Grenzen dieses allseits respektierten Gewohnheitsrechts sind aber fließend. Daher sollte man nicht auf dem Grund und Boden Dritter ohne Genehmigung zelten oder Feuer entfachen. Wohnwagen, Wohnmobile und Zelte dürfen nie näher als **150 Meter vom nächsten Haus** oder der nächsten Hütte aufgestellt werden; nach **48 Stunden** ist der Platz zu räumen. Beim Verlassen des Platzes dürfen keinerlei Fäkalien oder Müll hinterlassen werden. In letzter Zeit haben sich Camper und Wohnmobiltouristen vielerorts durch rücksichtsloses Benehmen unbeliebt gemacht. Die Folgen: Einerseits wurde ein ganzes Netz von Entsorgungsstationen aufgebaut und die Zahl der Campingplätze erhöht, andererseits werden von den Behörden immer mehr **Platzverweise** für rücksichtslose Gäste ausgesprochen.

Feuer im Freien

In der Zeit vom 15. April bis zum 15. September ist es untersagt, in der Nähe von Wäldern Feuer zu entfachen. Zuwiderhandlungen werden streng geahndet.

P

PRAKTISCHE INFOS

Direkt, erstaunlich, fundiert

Unsere Hintergrundinformationen beantworten (fast) alle Ihre Fragen zu Norwegen.

Die Flåmbahn überwindet auf gerade mal 20 km Strecke 900 Höhenmeter. ▶



KURZ & BÜNDIG

ELEKTRIZITÄT
Das norwegische Stromnetz führt in der Regel 220 Volt Wechselspannung. Adapter sind nicht nötig.

GELD

WECHSELKURSE
(veränderlich)
1 € = ca. 9,70 NOK
1 NOK = ca. 0,10 €
1 CHF = ca. 9,10 NOK
1 NOK = 0,11 CHF

NOTRUFE

NOTARZT
113

FEUERWEHR
110

POLIZEI
112

ADAC-NOTRUFZENTRALE
Aus Norwegen:
00 49 89 22 22 22

ACE-NOTRUFZENTRALE
Aus Norwegen:
0049 0711 530 34 35 36

24-STD.-ALARMZENTRALE DES NORWEGISCHEN AUTOMOBIL VEREINS NAF
08 505

DRK-FLUGDIENST
Aus Norwegen:
0049 211 91 74 99 39

SPERRNOTRUF BEI VERLUST DER KREDITKARTE
Aus Norwegen:
00 49 116 116
00 49 30 40 50 40 50
Aus Deutschland:
116 116

VORWAHLNUMMERN

NACH NORWEGEN
Tel. 00 47

VON NORWEGEN
Bei Anrufen von Norwegen in die unten genannten Länder entfällt die 0 der jeweiligen Ortskennzahl.
Nach Deutschland:
Tel. 00 49
Nach Österreich:
Tel. 00 43
In die Schweiz:
Tel. 00 41

WAS KOSTET WIE VIEL?
Einfaches Essen: ab 100 NOK
Halber Liter Bier: 60 – 75 NOK
Benzin: ca. 18 NOK (Super), ca. 17 NOK (Diesel)

Preiskategorien für Restaurants:
▶ S. 4
Preiskategorien für Hotels:
▶ S. 4

ZEIT

MITTELEUROPÄISCHE ZEIT (MEZ)

SOMMERZEIT
Ende März bis Ende Oktober (MEZ + 1 Std.)

ANREISE · REISEPLANUNG

Mit dem Flugzeug

Nach Oslo fliegt **SAS** von Berlin, München, Düsseldorf, Frankfurt/M., Dresden, Hannover, Nürnberg, Stuttgart und Hamburg. Die SAS bietet außerdem Verbindungen beispielsweise von Berlin nach Bergen, Bodø, Kirkenes, Stavanger, Tromsø und Trondheim sowie Longyearbyen auf Spitzbergen. **Lufthansa** fliegt von München, Frankfurt/M. und Hamburg direkt nach Oslo, weitere Umsteigeverbindungen gibt es von den meisten deutschen Flughäfen nach Bergen, Stavanger und weiteren Flughäfen in Norwegen. **Norwegian** hat als Abflughäfen in Deutschland Berlin, Hamburg, Düsseldorf und München und fliegt Oslo, Bergen, Stavanger und Trondheim sowie einige kleinere Flughäfen an.
Der **Osloer Flughafen Gardermoen** liegt 47 km nördlich, die Hochgeschwindigkeitsbahn **Flytoget** fährt alle 10 Minuten und braucht 20 Minuten ins Zentrum. Nur unwesentlich länger brauchen die drei Mal stündlich verkehrenden Regionalbahnen R10/R11 und L12.

Mit dem Auto

Seit Eröffnung der 16 km langen **Öresundbrücke** zwischen Kopenhagen und Malmö kann man die ganze Strecke nach Norwegen fahren – Mautgebühr für die Öresundbrücke pro Pkw 64 €, Wohnmobil 128 €, Motorrad 34 €.

Mit der Fähre

Die einzige direkte Verbindung von Deutschland aus bietet **Color Line**: Die Fähren stechen täglich um 14 Uhr in Kiel in See und sind morgens um 10 Uhr in Oslo. Wer nach Westnorwegen will, kann vom dänischen Hirtshals mit der Katamaranfähre »Fjord Cat« der norwegischen Reederei **Fjord Line** in nur 2¼ Stunden nach Kristiansand übersetzen; Fjord Line fährt auch von Hirtshals nach Langesund sowie nach Stavanger und Bergen. Wer in die Hauptstadt Oslo will, kann in gut 17 Stunden mit **DFDS Seaways** direkt von Dänemarks Hauptstadt Kopenhagen fahren. Da viele Reedereien ihre Destinationen und Fahrpläne, auch saisonal, gelegentlich ändern, empfiehlt sich ein genauer Blick auf die jeweilige Website mit den aktuellen Angeboten. Innerhalb Norwegens spielen Schiffe und Fähren ebenfalls eine bedeutende Rolle. Von Bergen ausgehend, fahren die Schiffe der **Hurtigruten** an der norwegischen Westküste entlang.

Mit der Bahn

ICE fahren von Hamburg über die Vogelfluglinie Puttgarden– Rødby nach Kopenhagen, wo mit Hochgeschwindigkeitszügen von Linx Anschluss nach Göteborg besteht und von dort über Südschweden nach Oslo. Infos und Buchung über die Deutsche Bahn.

NÜTZLICHE ADRESSEN

FLUG

FLUGGESELLSCHAFTEN

www.flysas.com
www.lufthansa.com
www.norwegian.no

FLUGHAFEN OSLO
www.oslo-airport.com

AUTO
www.oresundsbron.com

FÄHRE VON DEUTSCHLAND

KIEL–OSLO
Color Line; ca. 20 Std.

FÄHREN AB DÄNEMARK

FREDERIKSHAVN–OSLO
Stena Line; tags 8,5, nachts 13 Std.

HIRTSHALS–LARVIK
Color Line; 3 Std. 45 Min.

HIRTSHALS–KRISTIANSAND
Color Line; 3 Std. 15 Min.

HIRTSHALS–STAVANGER/BERGEN
Fjordline; ca. 12 Std. bis Stavanger, 19 Std. bis Bergen

HIRTSHALS–LANGESUND
Fjordline; 4 Std. 30 Min.

KOPENHAGEN–OSLO
DFDS Seaways; 17 Std.

REEDEREIEN

COLOR LINE
Tel. 0431 73 00-100
www.colorline.de

DFDS SEAWAYS
Tel. 040 389 03 71
www.dfds.de

FJORD LINE
Tel. 03821 709 72 10
http://fjordline.com

HURTIGRUTEN
www.hurtigruten.de

STENA LINE
Tel. 0180 602 01 00
www.stenaline.de

BAHN
www.bahn.de

BUS
www.eurolines.de
www.flixbus.de

Mit dem Bus Die Anreise mit dem Bus ist vom Preis in etwa mit den billigsten Flügen vergleichbar. Sie dauert ab Berlin mindestens 18 Stunden.

Ein- und Ausreisebestimmungen

Reisedokumente Norwegen ist dem Schengener Abkommen beigetreten, für Deutsche und Österreicher entfallen daher die Passkontrollen. Dennoch sollte

man einen Personalausweis oder ein sonstiges offizielles Dokument mit sich führen. Für Kinder ist ein eigener biometrischer Ausweis erforderlich. Schweizer Staatsbürger brauchen bei einem Aufenthalt bis zu drei Monaten einen Personalausweis oder einen Reisepass. Eine **Aufenthaltserlaubnis** benötigt, wer in Norwegen arbeiten oder länger als drei Monate bleiben will.

Führerschein Der deutsche Führerschein und der deutsche Kraftfahrzeugschein werden in Norwegen anerkannt und sind mitzuführen. Zweckmäßig ist die Mitnahme der **Grünen Internationalen Versicherungskarte** für Kraftverkehr. Alle Kraftfahrzeuge müssen die EU-Plakette oder das ovale Nationalitätskennzeichen tragen.

Haustiere Hunde und Katzen können nach Norwegen mitgebracht werden, sofern sie gegen Tollwut geimpft sind und für sie der **blaue EU-Impfpass** vorliegt (sechs Monate Vorlaufzeit einplanen!). Genaue Informationen erteilt das Norwegische Fremdenverkehrsamt (▶ Auskunft).

Zollbestimmungen

Einreise Zollfrei eingeführt werden dürfen an **Alkoholika**: 1,5 l Wein, 1 l Spirituosen über 22 Vol.% (Mindestalter 20 Jahre) und 2 l Bier, 200 Zigaretten oder 250 g andere Tabakwaren (Mindestalter 18 Jahre), ferner Geschenke bis zu einem Wert von 6000 NOK. Gegen Verzollung dürfen zusätzlich 4 l Spirituosen oder 25 l Bier oder Wein und 400 Zigaretten eingeführt werden. Das Mindestalter für die Einfuhr von Spirituosen beträgt 20, für die Einfuhr von Wein 18 Jahre.
Rauschgift, Giftstoffe, Waffen, Munition und Sprengstoff (Ausnahme: Jagdutensilien), Angelnetze und Ausrüstungsgegenstände für den Krebsfang dürfen nicht eingeführt werden. Bei Zuwiderhandlungen drohen **empfindliche Strafen.**

Wiedereinreise Deutschland und Österreich Zollfrei sind alle bereits nach Norwegen mitgenommenen persönlichen Gebrauchsgegenstände, zudem 200 Zigaretten oder 100 Zigarillos oder 50 Zigarren oder 250 g Rauchtabak, 1 l Spirituosen mit mehr als 22 Vol.-% Alkoholgehalt oder 2 l unter 22 Vol.-% Alkoholgehalt oder 2 l Schaumwein, ferner 2 l Wein, 500 g Kaffee oder 200 g Kaffee-Extrakt, 50 g Parfüm und 0,25 l Eau de Toilette (Tabakwaren und alkoholische Getränke nur bei Personen über 17 Jahren, Kaffee nur bei über 15-Jährigen). Andere Waren und Geschenke sind bis zu einem Warenwert von 180 € zollfrei.
Reisen Sie von einem EU-Land (z. B. von Dänemark oder Schweden) wieder nach Deutschland und Österreich ein, sind die Mengen zollfreier Waren, besonders bei Genussmitteln, größer.

Wiedereinreise Schweiz Für die Schweiz sind zollfrei: 250 g Kaffee, 100 g Tee, 200 Zigaretten oder 50 Zigarren oder 250 g Rauchtabak, 2 l Wein oder andere Getränke bis 22 Vol.-% Alkoholgehalt sowie 1 l Spirituosen mit über 22 Vol.-% Alkoholgehalt. Souvenirs dürfen bis zu einem Wert von 100 CHF zollfrei eingeführt werden.

AUSKUNFT

NÜTZLCHE ADRESSEN

IN DEUTSCHLAND

NORWEGISCHES FREMDENVERKEHRSAMT
Auch für Österreich und die Schweiz zuständig.
Caffamacherreihe 5
20355 Hamburg
Tel. 040 402 29 41 50
www.visitnorway.de

MITTELNORWEGEN

TRØNDELAG REISELIV
Nordre gate 10
7011 Trondheim
Tel. 73 84 24 40
www.trondelag.com

NORDNORWEGEN

NORDNORSK REISELIV AS
Tollbugata 13, 8001 Bodø
Tel. 75 54 52 00
www.nordnorge.com

OSTNORWEGEN

A/L GUDBRANDSDAL REISELIV
Visit Lillehammer
Jernbanetorget 2,
2609 Lillehammer
Tel. 61 28 98 00
www.lillehammer.com

HEDMARK REISELIV BA
Strandgata 45
2317 Hamar
Tel. 40 03 60 36
www.visit-hedmark.no/hamarregionen

SÜDNORWEGEN

TELEMARKREISER AL
Uniongata 18
3732 Skien
Tel. 35 90 55 20
www.visittelemark.com

VISIT SØRLANDET AS
Rådhusgata 6
64611 Kristiansand
Tel. 38 07 50 00
www.visitkrs.no

WESTNORWEGEN

FJORD NORGE AS
Nordre Nøstekaien 1,
5011 Bergen
Tel. 55 30 26 40
www.fjordnorway.no

NORDMØRE & ROMSDAL REISELIVSLAG
Jernbanegata 1
6300 Andalsnes
Tel. 71 22 16 22
www.visitandalsnes.com

VISIT SOGNEFJORD AS
Trolladalen 30
6856 Sogndal
Tel. 57 67 14 00
de.sognefjord.no

BOTSCHAFTEN

IN DEUTSCHLAND
Rauchstr. 1, 10787 Berlin
Tel. 030 50 50 58 600
www.norway.no/de/germany

IN ÖSTERREICH
Reisnerstr. 55 – 57, 1030 Wien
Tel. 01 716 60
www.norway.no/de/austria

IN DER SCHWEIZ
Bubenbergplatz 10, 3011 Bern
Tel. 01 31 310 55 55
www.norway.no/de/switzerland

VERTRETUNGEN IN NORWEGEN
Deutsche Botschaft
Oscars gate 45, 0258 Oslo
Tel. 23 27 54 00
www.oslo.diplo.de

Österreichische Botschaft
Thomas Heftyes gate 19 – 21
0264 Oslo
Tel. 22 54 02 00
www.bmeia.gv.at

Schweizer Botschaft
Oscars gate 29, 0352 Oslo
Tel. 22 54 23 90
www.eda.admin.ch/oslo

ETIKETTE

Zurückhaltende Menschen Zu einem gelungenen Urlaub gehört es auch, Missverständnisse zu vermeiden, die sonst die Stimmung trüben könnten: Wenn ein Norweger reserviert wirkt, ja sogar unfreundlich, ist dies in der Regel nicht so gemeint, sondern der **sehr zurückhaltenden Art** vieler Norweger zuzuschreiben. Umgekehrt schätzen die Norweger taktvolles Benehmen und Zurückhaltung. Der Händedruck ist eher unüblich, ein kurzes »hei« genügt in der Regel zur Begrüßung. Noch ein weiteres norwegisches Wort sollte man unbedingt in seinen Sprachschatz aufnehmen: **takk – Danke!** Denn ohne »takk« geht nichts. Wenn Sie auf Deutsch angesprochen und dabei geduzt werden, so ist das keine plumpe Vertraulichkeit, sondern beruht auf unterschiedlichen Sprachgewohnheiten. In Norwegen ist es grundsätzlich üblich, sich zu **duzen**. Auch Doktoren- und andere Titel tragen die bescheidenen Norweger nicht stolz vor sich her.

Fettnäpfchen Wer zum Essen eingeladen wird, sollte vor dem Betreten des Hauses die **Schuhe ausziehen**, denn mit Straßenschuhen die gute Stube zu

betreten gilt als grobe Unhöflichkeit. Auch in vielen Berghütten bleiben die dicken Stiefel vor der Tür. Bei der Konversation gibt es eigentlich nur zwei Themen, bei denen man ins Fettnäpfchen treten kann: **Nationalstolz und Walfang**. Die Norweger sind stolz auf sich und ihr kleines Land und zeigen dieses Nationalbewusstsein auch vollkommen selbstverständlich. So ist es normal, die norwegische Flagge am Sommerhaus zu hissen und den Nationalfeiertag fähnchenschwingend und in festlicher Tracht zusammen mit der Königsfamilie zu feiern. Beim Thema Walfang merkt man schnell, dass im hohen Norden nur wenige mit Greenpeace und sympathisieren.

Getrübte Freiheit

Ein Problem ist die steigende Zahl der ausländischen **Wohnmobile**. Müll im Gelände und verschmutzte Toiletten haben dazu geführt, dass es in gut besuchten Gebieten wie im Jotunheimen fast überall verboten ist, entlang der Straße zu übernachten. Auch auf das **Jedermannsrecht** kann man sich nicht berufen, denn dies entstand lange vor dem Massentourismus und war eigentlich nur für Wanderer gedacht. Es gibt bereits Stimmen, die das Jedermannsrecht drastisch einschränken wollen. Damit die Freiheit in diesem dünn besiedelten Land auch in Zukunft noch fast grenzenlos bleibt, sollte man sich die Norweger zum Vorbild nehmen, die sehr darauf achten, der empfindlichen Natur keinen Schaden zuzufügen.

Norway by night?

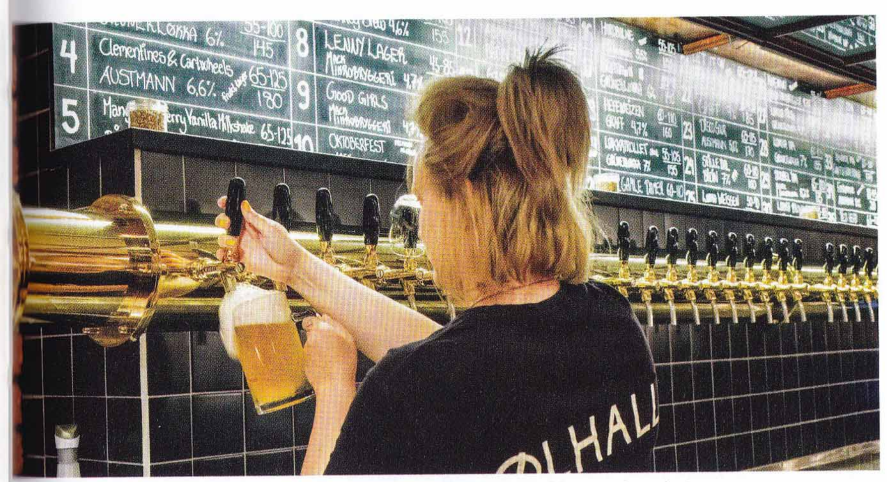
Das norwegische Nachtleben ist nicht mit mittel- oder gar südeuropäischen Verhältnissen vergleichbar. Dafür sorgt schon eine äußerst restriktive Gesetzgebung, was den Konsum von Alkohol und Tabak betrifft. Die Schankrechte und **Sperrstunden** sind ebenfalls genauestens geregelt. Am weitesten entwickelt ist das Nachtleben bislang in Oslo mit etlichen »Night Clubs« und Bars. Auch in Bergen, Stavanger, Tromsø und Bodø finden Nachtschwärmer einige Gelegenheiten.

Rauchverbot

In den letzten Jahren hat Norwegen die Gesetze gegen den Tabakkonsum ständig verschärft. Striktes Rauchverbot besteht in allen öffentlichen Gebäuden, Verkehrsmitteln, Restaurants, Cafés und Bars. Innerhalb geschlossener Siedlungen besteht Rauchverbot am Steuer. Das Mindestalter für den Kauf von Tabakwaren beträgt 18 Jahre und wird kontrolliert.

Trinkgeld

In der Regel wird in Norwegen für normale Dienstleistungen kein Trinkgeld erwartet. Allerdings sind die Preise bekanntermaßen hoch, viele Gehälter im Dienstleistungssektor aber keineswegs. Bei vielen Stadtführer/-innen z. B. ist das Trinkgeld ein nicht unerheblicher Teil des Verdiensts. Bei einem Restaurantbesuch ist es üblich, die Summe aufzurunden. Auch Taxifahrer bekommen eine kleine Anerkennung.



Ein kühles Bier ist ein teurer Spaß in Norwegen und nicht an jeder Ecke zu haben.

GELD

Norwegische Krone

Währung ist die norwegische Krone (1 NOK = 100 Øre). Es gibt Banknoten zu 50, 100, 200, 500 und 1000 Kronen und Münzen zu 1, 5, 10 und 20 Kronen. Die **Ein- und Ausfuhr** in Landes- und Fremdwährung ist unbeschränkt. Das Ausführen von mehr als 25 000 NOK muss auf einem Zollformular angegeben werden.

Kredit- und Bankkarten

Fast überall werden die gängigen Kreditkarten als Zahlungsmittel akzeptiert. Überall sind **Geldautomaten** (norw.: minibank) installiert, die Bank- und Kreditkarten akzeptieren. **Banken** sind i.d.R. zu folgenden Zeiten geöffnet: Mo. – Fr. 9 – 15, einige auch Do. bis 17 Uhr.

GESUNDHEIT

Arztbesuch

Eine **ärztliche Erstbehandlung** von Kranken und Unfallopfern geschieht normalerweise in den Krankenhäusern (sykehus, sjukehus) bzw. Notfallpraxen (legevakt) und nur in seltenen Fällen durch Privatärzte. Die **Europäische Krankenversicherungskarte** der deutschen und österreichischen Krankenkassen wird akzeptiert.

Apotheken (Apotek) In allen Städten und zentralen Orten auf dem Lande gibt es Apotheken in ausreichender Zahl. Sie sind zu den normalen Geschäftszeiten geöffnet, hinzu kommen Bereitschaftsapotheken in den Städten. Medikamente sind nur in Apotheken gegen Vorlage von Rezepten norwegischer Ärzte erhältlich.

Nicht ohne Mückenschutz! Die Mückenplage in der warmen Jahreszeit betrifft besonders die feuchten und tiefer gelegenen Gebiete. In Flusstälern, an Seen und vor allem im hohen Norden schwirren Myriaden von Insekten durch die Luft, darunter auch zahllose Stechmücken: Unbedingt Schutzmittel einpacken (bewährt ist NoBite, Moskitonetz).
Salzwasser ist für Mücken uninteressant, in Meeresnähe bzw. an den Fjorden wird man kaum gepiesackt.

PREISE · VERGÜNSTIGUNGEN

City-Cards Norwegen ist ein **teures Reiseland**. Es lohnt sich hier also mehr als anderswo, auf Vergünstigungen zu achten. In grenznahen Regionen empfiehlt es sich, in Schweden einzukaufen. Dort sind sämtliche Waren 10 bis 20 Prozent günstiger. Die Norweger selber sorgen jährlich durch ihr Grenzhopping zum Shopping für einen Kaufkraftabfluss von mehr als 10 Milliarden NOK. **Oslo** und **Bergen** bieten eine **City-Card** an, mit der man billiger parken kann und freien oder ermäßigten Eintritt bei Museen usw. hat.

Übernachten Auch Übernachten ist teuer, aber viele **Hotels** geben Wochenendrabatte. Für die Sonderangebote der Hotelketten muss man häufig einen Hotelpass oder Hotelscheck (Ermäßigung für eine Übernachtung, meist mit Frühstück) erwerben. Hotelschecks müssen vor Reiseantritt erworben werden. Der Norwegische Wanderverein (DNT = Den Norske Turistforenig) unterhält ca. 490 **Hütten** in Norwegen. Mit DNT-Ausweis kann man hier sehr viel günstiger übernachten.

Bahn Eisenbahnfahrten in Norwegen sind keine sehr billigen Vergnügungen. Senioren ab 67 Jahre zahlen 50 Prozent des Normalpreises. Wer unbegrenzt auf der Schiene unterwegs sein möchte, kann mit dem **Inter-Rail Ein-Land-Pass Norwegen** drei, vier, sechs oder acht Tage lang entdecken – junge Leute bis 27 Jahre für 148 bis 243 €, Erwachsene bis 59 Jahre für 170 bis 281 € und Senioren ab 60 Jahre für 153 bis 253 €.
www.bahn.de, de.interrail.eu

REISEZEIT

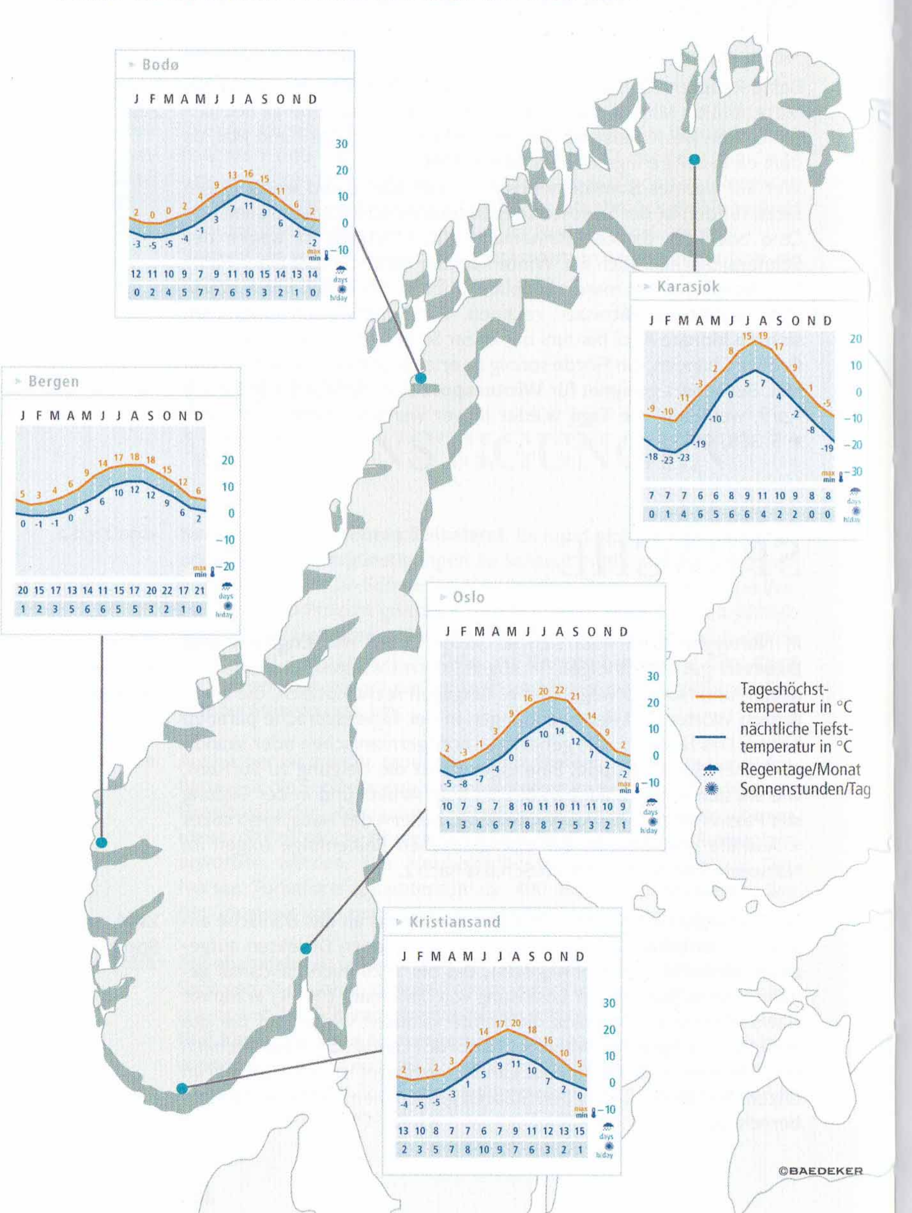
Die beste Zeit Beste Reisezeit für Südnorwegen ist Mai bis Juli, für Nordnorwegen Mitte Juni bis Mitte August. Danach wird das Wetter überall deutlich schlechter. Beste Reisezeit für die Westküste sind April und Mai, da dort dann der geringste Niederschlag fällt.
Wer auf warmes **Sommerwetter** mit viel Sonne und wenig Regen setzt, für den ist der Südosten des Landes zwischen Kristiansand und Oslo oder das östliche Binnenland gut. Letzteres ist wegen der Schneesicherheit auch für Wintersportler attraktiv. Bei einer Fahrt zum Nordkap muss man in Lappland auch im Juni noch mit winterlichen Straßenverhältnissen rechnen. Für Schiffsreisen empfehlen sich die Monate April bis Juni mit klarer Sicht und viel Sonnenschein. Größte Chancen, die Fjorde sonnig zu erleben, bestehen im April und Mai. Besonders geeignet für **Wintersport** sind die Monate März und April, weil dann die Tage wieder länger werden (mehr zum Klima ▶ S. 388, 484).

SPRACHE

Indogermanische Sprache In Norwegen kann man sich an vielen Orten mit **Englisch und Deutsch** gut verständigen. In abgelegenen Gebieten, besonders in Mittel- und Nordnorwegen, ist es hingegen recht nützlich, die wichtigsten Wörter und Redewendungen in der Landessprache parat zu haben. Das Norwegische gehört zur nordgermanischen oder skandinavischen Sprachgruppe. Eine Eigenart ist die Neigung zu Suffixen, wie sie sich im angehängten bestimmten Artikel und in der Bildung des Passivs zeigt (z. B. veien = der Weg, huset = das Haus, hjelp søkes = Aushilfe gesucht). In der alphabetischen Reihenfolge folgen im Norwegischen æ, ø und å am Schluss nach z.

Zwei Sprachen Die norwegische Sprache teilt sich heute in das an das Dänische angelehnte **Bokmål** und das aus den verschiedenen Dialekten aufgebaute **Nynorsk** (Neunorwegisch), das bis 1929 auch Landsmål genannt wurde. Das seit der Loslösung von Dänemark (1814) erstarkte Nationalbewusstsein lenkte die Aufmerksamkeit wieder auf die alte norwegische Sprache. Während Nynorsk (Landsmål) hauptsächlich im Südwesten und Westen des Landes verbreitet ist, wird Bokmål im Osten des Landes und in den Städten gesprochen; beide sind gleichberechtigt.

FÜNF REGIONALTYPISCHE KLIMASTATIONEN



PRAKTISCHE INFORMATIONEN
SPRACHE

Aussprache

In der Aussprache zeigen sich folgende Unterschiede: **å** ist ein breiter, dunkler o-Laut (vor tt jedoch kurz); **æ** = ä; **d** ist meist stumm vor s, nach n und l sowie als Endkonsonant nach r; **g** meist wie im Deutschen, aber vor j und y wie j, jeg = »ich« wird jäi ausgesprochen; **gj** wie j; die Buchstabenverbindung **egn** wird fast wie »ein« gesprochen; **g** auf n (ng) im Auslaut nasal sprechen (z. B. in mange = viele); **h** ist stumm vor j und v, z. B. (h)jerte = Herz, (h)val = Wal; **j** wie im Deutschen, nach Vokalen wie i; **k** vor i und y und in der Verbindung kj wie ch im deutschen Wort »ich« (z. B. kirke, skip wie chirke, schip); **o** häufig ganz dumpf, fast wie u; **ø** wie ö; **s** stets scharf wie das deutsche ß; **sk** vor i und y, sj und skj entsprechen dem deutschen sch; **tj** wie tch; **v** immer wie w; **y** wie ein Laut zwischen i und ü.

KLEINER SPRACHFÜHRER NORWEGISCH

AUF EINEN BLICK

Ja./Nein.	**Ja./Nej.**
Vielleicht.	**Kanskje.**
Bitte. (als Aufforderung)	**Vær så snill.**
Bitte! (als Antwort auf Danke!)	**Ja takk!**
Danke.	**Takk.**
Gern geschehen.	**Det var da så lite.**
Entschuldigung!	**Unnskyld!**
Wie bitte?	**Unnskyld?**
Ich verstehe Sie/dich nicht.	**Jeg forstår deg ikke.**
Ich spreche nur wenig ...	**Jeg snakker bare litt ...**
Haben Sie ...?	**Har dere/du ...?**
Wie viel kostet es?	**Hva koster det?**
Wie viel Uhr ist es?	**Hvor mye er klokka?**

KENNENLERNEN

Guten Morgen!	**God morgen!**
Guten Tag!	**God dag!**
Guten Abend!	**God kveld!**
Hallo! Grüß dich!	**Hallo!/Hei!**
Ich heiße ...	**Navnet mitt er ...**
Wie ist Ihr Name, bitte?	**Unnskyld, hva var navnet?**
Wie geht es Ihnen/dir?	**Hvordan har du det?**
Danke. Und Ihnen/dir?	**Takk, bra. Og du?**
Auf Wiedersehen!	**På gjensyn!**
Bis bald!	**Vi sees!**

UNTERWEGS/AUSKUNFT

links/rechts	**til venstre/til høyre**

geradeaus	**rett fram**
nah/weit	**nær/langt**
Bitte, wo ist ...?	**Unnskyld, hvor ligger ...?**
Hauptbahnhof	**hovedstasjon**
U-Bahn	**T-bane**
Flughafen	**flyplass**

TANKSTELLE

Wo ist bitte die nächste Tankstelle?	**Unnskyld, hvor er nærmeste bensinstasjon?**
Volltanken, bitte!	**Full tank, takk**

UNFALL

Hilfe!	**Hjelp!**
Achtung!	**Se opp!/Forsiktig!**
Rufen Sie bitte schnell ...	**Vær så snill og ring etter ... straks.**
...einen Krankenwagen.	**... en sjukebil**
...die Polizei.	**... politiet**
...die Feuerwehr.	**... brannvesenet**

EINKAUFEN

Wo finde ich ...	**Hvor finner jeg ...?**
Apotheke	**apotek**
Bäckerei	**bakeri**
Kaufhaus	**varehus**
Lebensmittelgeschäft	**dagligvareforretning**
Markt	**marked**

POST UND TELEKOMMUNIKATION/ELEKTRONIK

Was kostet ...	**Hva koster ..**
... ein Brief nach	**en bokstav till**
... eine Postkarte nach Deutschland?	**et Post-kort till tsykland?**
Mobiltelefon	**mobiltelefon**
Prepaidkarte	**kontantkort**
Netzkabel	**strømkabel**
Adapter	**adapter**
Speicherkarte	**minnekort**
E-Mail-Adresse	**e-postadresse**

WOCHENTAGE

Montag	**mandag**
Dienstag	**tirsdag**
Mittwoch	**onsdag**
Donnerstag	**torsdag**
Freitag	**fredag**
Samstag	**lørdag**
Sonntag	**søndag**

ZAHLEN

0	**null**	1	**ehn/ett**
2	**to**	3	**tre**
4	**fire**	5	**fem**
6	**seks**	7	**sju (syv)**
8	**åtte**	9	**ni**
10	**ti**	20	**tjue (tyve)**
30	**tretti (tredve)**	40	**førti**
50	**femti**	60	**seksti**
70	**sytti**	80	**åtti**
90	**nitti**	100	**hundre**
200	**tohundre**	1000	**tusen**
2000	**totusen**	10 000	**titusen**
1/2	**en halv**	1/4	**en fjerdedel**

ESSEN/UNTERHALTUNG

Auf Ihr Wohl!	**Skål!**
Bezahlen, bitte!	**Kan jeg/vi få betale!**
Das Essen war ausgezeichnet.	**Maten var utmerket.**

SPISEKART/MENY FROKOST	SPEISEKARTE FRÜHSTÜCK
svart kaffe	**schwarzer Kaffee**
kaffe med melk	**Kaffee mit Milch**
koffeinfri kaffe	**koffeinfreier Kaffee**
te med melk/sitron	**Tee mit Milch/Zitrone**
urtete	**Kräutertee**
fruktsaft/juice	**Fruchtsaft**
blødkokt egg	**weichgekochtes Ei**
eggerøre	**Rühreier**
egg og bacon	**Eier mit Speck**
brød/rundstykke/ristet brød	**Brot/Brötchen/Toast**
horn	**Hörnchen**
smør	**Butter**
ost	**Käse**
pølse	**Wurst**
skinke	**Schinken**
honning	**Honig**
syltetøy	**Marmelade**
frukt	**Obst**

KJØTTRETTER	FLEISCHGERICHTE
elgsteik	**Elchbraten**
fårikål	**Hammel- und Kohleintopf**
flesk	**Schweinefleisch**

hjortesteik	**Hirschbraten**
kalkun	**Truthahn**
kjøttkaker	**Frikadellen in brauner Soße**
knackpølse	**Knackwurst**
kylling	**Hähnchen**
lammekoteletter	**Lammkotelett**
lammesteik	**Lammbraten**
oksesteik	**Rinderbraten**
rådyrsteik	**Rehbraten**
reinsdyrsteik	**Rentierbraten**
spekemat	**kaltes, gepökeltes Dörr- oder Rauchfleisch**
svinekotelett	**Schweinekotelett**
svinesteik	**Schweinebraten**
vilt	**Wild**
wienerpølse	**Wienerwurst**

FISK OG SKALLDYR	FISCH UND SCHALENTIERE
ål	**Aal**
blåskjell	**Miesmuscheln**
gjedde	**Hecht**
hummer	**Hummer**
kreps	**Flusskrebs**
kveite	**Heilbutt**
laks	**Lachs**
makrell	**Makrele**
ørret	**Forelle**
rødspette	**Scholle**
sei	**Köhler**
sik	**Renke**
spekesild	**eingelegter Hering**
steinbit	**Steinbeißer**
torsk	**Dorsch**

GRØNNSAKER	GEMÜSE
agurksalat	**Gurkensalat**
bakte poteter	**gebackene Kartoffeln**
blandet salat	**gemischter Salat**
blomkål	**Blumenkohl**
champignon	**Champignon**
erter	**Erbsen**
gulrøtter	**Möhren**
hodekål	**Weißkohl**
kål	**Kohl**
kantarell	**Pfifferlinge**
løk	**Zwiebeln**
potet(mos)	**Kartoffel(brei)**
rødkål	**Rotkohl**
salat	**Salat**

sopp	**Pilz**
steinsopp	**Steinpilz**

BAKVERK	GEBÄCK UND TORTEN
boller	**süße Brötchen (mit Rosinen)**
bløtkake	**Torte**
eplekake	**Apfelkuchen**
julekake	**Rosinenbrot**
lefse	**weicher, dünner Fladen aus Kartoffeln und Mehl gebacken**
rulade	**Biskuitrolle**
småkaker	**Plätzchen**
vannbakkels	**Windbeutel**
wienerbrød	**Plundergebäck**

DESSERT	DESSERT
is	**Eis**
jordbær	**Erdbeere**
vanilje	**Vanille**
jordbær med fløte	**Erdbeeren mit Sahne**
moltekrem	**Moltebeeren mit Schlagsahne**
osteanretning	**Käseplatte**
riskrem	**Milchreis mit Schlagsahne und roter Soße**
rødgrøt med fløte	**Rote Grütze mit Sahne**

VINKART ALKOHOLHOLDIG	GETRÄNKEKARTE ALKOHOLISCHE GETRÄNKE
akevitt	**Aquavit**
fatøl	**Fassbier**
hvitvin	**Weißwein**
likør	**Likör**
øl	**Bier**
rødvin	**Rotwein**

ALKOHOLFRITT	AKOHOLFREIE GETRÄNKE
brus	**Limonade**
kaffe	**Kaffee**
kakao	**Kakao**
melk	**Milch**
saft	**Fruchtsaft**
sjokolade	**Schokolade**
te	**Tee (schwarz)**
... med sitron	**... mit Zitrone**
vann	**Wasser**

TELEKOMMUNIKATION · POST

Telefon und Internet

Selbst abgelegene Gegenden sind mit starken Mobilfunksendern abgedeckt. Handys (norw. »mobiltelefo«n)werden per Roaming automatisch an die norwegischen Betreiber weitergeschaltet. Vom Handy aus wird nur +Länderkennzahl eingegeben, also anders als vom Festnetz aus ohne 00. Autofahrer dürfen auch in Norwegen während der Fahrt nur mit Freisprecheinrichtung telefonieren. Telefonnummern sind achtstellig, es gibt **keine Vorwahlnummern**. Münzfernsprecher, sofern noch vorhanden, funktionieren mit 1-, 5-, 10- und meist auch 20-Kronen-Münzen.
Frei verfügbares **WLAN** ist in Hotels, auf Campingplätze, in Cafés, Parks oder selbst in Supermärkte mittlerweile sehr häufig zu finden.

Post

Postämter öffnen Mo. – Fr. 8/8.30 – 17, Sa. 8 –13 Uhr. Auch in Norwegen sterben die Postfilialen mehr und mehr aus zugunsten von Postabteilungen in den Lebensmittelgeschäften.
Briefmarken erhält man in Postämtern, in vielen Kiosken und Schreibwarengeschäften. Briefe und Postkarten bis 20 g kosten 27 NOK, bis 50 g 31 NOK (deutlich mit »A - Priority« beschriften).

VERKEHR

Autofahren in Norwegen

Straßennetz

Obwohl Norwegen fast vollständig Gebirgsland ist, ist das Straßennetz sehr gut ausgebaut. Die zum Teil recht schmalen und oft unübersichtlichen **Gebirgsstraßen** erfordern jedoch fahrerisches Geschick. Bei Begegnungen an schwierigen Stellen hat der bergauf Fahrende stets Vorfahrt. Es gibt Bergstraßen, die nur im wechselnden Einbahnverkehr befahrbar sind.
Urlauber mit Wohnwagen oder Wohnmobilen sollten sich vor Antritt der Fahrt bei den Automobilclubs oder beim **»Vegdirektoratet«** in Oslo nach den Straßenverhältnissen erkundigen. Gewisse Straßenabschnitte im südnorwegischen Gebirge und im Norden sind nur von etwa Juni bis Mitte Oktober befahrbar. Viele Brücken und Tunnel sind **mautpflichtig** (Maut = »bompenger« (»Autobahngebühr«) – siehe unten). Einige **Nebenstraßen** können nur Schotter- oder Sandpisten darstellen.

Mautstrecken

In Norwegen gibt es rund 50 Mautstraßen mit ca. 300 Mautstationen (blaue Beschilderung mit Kamerasymbol und »Kr«), dazu kommen City-Maut-Gebühren in Städten. **Barzahlung ist nicht möglich**. Fahrzeuge werden bei der Ein- und bei der Ausfahrt elektronisch registriert; ausländische Fahrzeughalter bekommen dann eine Rechnung zugeschickt. Man kann sich auch vor der Reise bei **epass24** registrieren lassen und die Rechnungen per E-Mail zusenden lassen und online bezahlen. Wer länger im Land unterwegs ist, kann bei einer der Betreibergesellschaften einen AutoPASS-Vertrag (AutoPASS brikke)abschließen udn erhält einen regsitrierungschip. Die Gebühren werden vonn der Kreditkarte abgebucht. **Motorräder** sind nicht gebührenpflichtig.
www.epass24.com/de

Verkehrszeichen

Die internationalen Verkehrszeichen sind auch in Norwegen gebräuchlich. Hinzu kommen Schilder wie ein weißes M auf blauem Grund = Ausweichstelle oder »Innkjøring forbudt« = Einfahrt verboten! Ein stilisierter Burggrundriss in blauem Rahmen weist auf kulturelle Sehenswürdigkeiten hin.

Tanken

Das Tankstellennetz wird nach Norden hin immer dünner. Die **Benzinpreise** entsprechen etwa dem Durchschnitt der deutschsprachigen Länder.
Norwegen ist im Übrigen das europäische Paradies der **E-Mobilität**: Nirgends sind so viele Elektromobile zugelassen, und nirgends ist das Netz der Stromtankstellen so groß. Die neue Regierung von Jonas Gahr Støre will zudem schon ab 2025 keine Autos mit Verbrennermotoren zulassen. Durch steuerliche Anreize soll der Verkauf von Elektroautos vorangetrieben werden; tatsächlich sind diese dadurch oft billiger als Pkw mit Verbrenner.

Verkehrsvorschriften

Die Vorfahrtsregeln entsprechen den in Europa üblichen. Es besteht Gurtanlegepflicht. Die **Promillegrenze** liegt bei 0,2, bei über 1,5 Promille wird eine Gefängnisstrafe ohne Bewährung verhängt. **Parken** ist auf allen vorfahrtberechtigten Hauptstraßen verboten, in größeren Siedlungen nur auf ausgewiesenen und meist kostenpflichtigen Parkplätzen gestattet. **Abblendlicht** muss **auch tagsüber eingeschaltet** sein! Im Winter und Frühjahr ist im Gebirge Mitführen und rechtzeitige Anlegen von Schneeketten Pflicht. **Spike-Reifen** sind in Südnorwegen vom 1. November bis zum 1. Sonntag nach Ostern, in Nordnorwegen vom 16. Oktober bis 30. April) erlaubt.

Höchstgeschwindigkeiten

In geschlossenen Ortschaften: 50 km/h, außerhalb geschlossener Ortschaften: 80 km/h. Autobahnähnliche Schnellstraßen: 90 km/h, teilweise 100 km/h. Busse: 80 km/h. Gespanne mit ungebremstem Anhänger: 60 km/h.

Kontrolle Es werden häufig Geschwindigkeits- und Verkehrskontrollen durchgeführt. Zu schnelles Fahren wird sehr teuer! Bei besonders schweren Verstößen kann die Fahrerlaubnis entzogen oder eine Gefängnisstrafe ohne Bewährung verhängt werden. **Geldbußen** werden an Ort und Stelle erhoben. Bis zur vollständigen Bezahlung kann die Polizei das Fahrzeug aus dem Verkehr ziehen.

Wildunfälle In ganz Norwegen herrscht erhöhte **Gefahr durch Wildwechsel**, besonders in der Dämmerung. **Elche** können bis zu 800 kg wiegen. Bei einem Zusammenprall mit einem Pkw bleiben von der Windschutzscheibe meist nur Splitter. Überfährt man ein Tier, muss man die Unfallstelle deutlich markieren und die **Polizei benachrichtigen**. Diese nimmt Kontakt mit dem Aufsichtsamt für Wild (Viltnemnda) auf, das dafür sorgt, dass das Tier getötet wird. Auch Tiere, die bereits tot sind, müssen dem Viltnemnda gemeldet und dürfen keineswegs mitgenommen werden! Weil Rentiere stets einen Eigentümer haben, macht man sich in diesem Fall sogar des Diebstahls schuldig. Die Polizei nimmt nur den Unfallverlauf zu Protokoll. Schadenersatz muss man nicht leisten, weil der Rentier-Besitzer seinen Anspruch gegen den Staat geltend machen kann. Unfallflucht hat in der Regel schlimme Folgen.

Mietwagen Bedingungen für das Mieten eines Kraftfahrzeugs ist ein Mindestalter von 21 Jahren (örtlich von 25 Jahren!) und ein internationaler Führerschein, für deutsche Staatsbürger genügt der nationale. Wer keine Kreditkarte vorweisen kann, muss eine hohe Kaution hinterlegen.

Bahnverkehr

Immer langsam voran Das Netz der Norwegischen Staatsbahnen (NSB, nun Vygruppen AS) ist relativ dünn. Die Hauptstrecken führen von Oslo nach Stavanger (über Kristiansand), Bergen, Åndalsnes, Trondheim (über Dombås oder Røros) und Bodø (nördlichste Station der NSB).
Man reist in den Expresszügen recht komfortabel, jedoch anders als der Name vermuten lässt, vergleichsweise langsam, denn drei Viertel des Streckennetzes sind Steigungs- bzw. Gefällstrecken. Eine Fahrt von Oslo nach Bergen dauert im Sommer knapp sieben Stunden. Im Winter kann es zu vielstündigen Verspätungen kommen. Im Fernverkehr werden zur Hauptreisezeit Reservierungen dringend empfohlen. Unbegrenzte Bahnfahrten an drei bis acht Tagen innerhalb eines Monats ermöglicht der Norway Pass von Rail Europe.
Einige Bahnstrecken sind landschaftlich spektakulär. Zudem werden viele Museumsbahnen liebevoll gepflegt.
www.raileurope.com).

NÜTZLICHE ADRERSSEN

STRASSENVERKEHR

NORGES AUTOMOBIL FORBUND (NAF)
Notruf Tel. 085 05
www.naf.no

VEGMELDINGSTJENESTEN (STRASSENDIENST)
Inland Tel. 175
Ausland Tel. 81 54 89 91

BAHNVERKEHR

VYGRUPPEN AS (NORGES STATSBANER/NSB)
Tel. 61 05 19 10
www.vy.no

REIZVOLLE BAHNSTRECKEN

BERGENBAHN
Oslo–Bergen
ca. 6,5 Std.

DOVREBAHN
Oslo–Trondheim
über das Dovrefjell
6,5 Std.

FLÅMBAHN
Myrdal–Flåm
knapp 1 Std.

NORDLANDBAHN
Trondheim–Bodø
ca. 11 Std.

OFOTBAHN/LAPPLANDBAHN
Narvik–Bjørnfell
43 km lange Teilstrecke der Erzbahn Narvik–Kiruna bis zur schwedischen Grenze nach Bjørnfell
knapp 1 Std.
www.norwaysbest.com/the-arctic-train

RAUMABAHN
Dombås–Åndalsnes
1 Std. 20 Min.

SØRLANDBAHN
Oslo–Kristiansund–Stavanger
ca. 7,5 Std.

MUSEUMSBAHNEN

KRØDERBAHN
Vikersund–Krøderen
(Midt-Buskerud)

RJUKANBAHN
Rjukan–Mæl und Tinnoset–Notodden sowie Eisenbahn-Dampffähre »Ammonia«
Bahnhof Rjukan

SETESDALBAHN
ab Grovane oder Beihølen

THAMSHAVNBAHN
Thamshavn–Løkken
Bahnhöfe Løkken, Svorkmo, Fannrem

U.H.B.
Urskog–Hølandbahn / »Tertitten«
Bahnhof Sørumsand
(40 km westlich von Oslo)
https://mia.no/tertitten/en

VOSSBAHN
Garnes–Midttun (Nesttun),
Bahnhöfe Garnes oder Midttun

BUSVERKEHR

NOR-WAY BUSSEKSPRESS
Tel. 22 31 31 50
www.nor-way.no

TIDE AS (FLAGGRUTEN)
Inland Tel. 05505
Ausland Tel. 55 23 87 00
www.tide.no

FÄHREN

HURTIGRUTEN
Große Bleichen 23
20354 Hamburg
Tel. 040 87 40 87 21
www.hurtigruten.de

INTERNATIONALE FÄHRVERBINDUNGEN
► Anreise

FLUGHAFEN OSLO

OSLO LUFTHAVN AS
2061 Gardermoen, 47 km nördlich von Oslo-Zentrum
Inland Tel. 064 00
Ausland Tel. 91 50 64 00
http://avinor.no/en/airport/oslo-airport

INLÄNDISCHE FLUGGESELLSCHAFTEN

SAS
www.flysas.com

WIDERØE'S FLYVESELSKAP AS
www.wideroe.no

NORWEGIAN
www.norwegian.com/de

Busverkehr

Fernbuslinien

Das Fernbusliniennetz ist recht gut ausgebaut. Die einzelnen Buslinien sind sehr gut untereinander vernetzt, sodass man rasch vorankommt. Auch hier gibt es allerlei Sondertarife.

Fähren

Schiffsverbindungen

Die inländischen Schiffsverbindungen spielen eine bedeutende Rolle. Autofähren über die vielen Fjorde ergänzen sinnvoll das Straßennetz. Beliebt sind Küsten- und Fjordkreuzfahrten nicht nur bei Touristen, sondern auch bei Einheimischen. Von Bergen ausgehend, fahren die Postschiffe der **Hurtigruten** an der norwegischen Westküste entlang bis Kirkenes und zurück in elf Tagen.

Flugverkehr

Große Distanzen

Mit rund 50 über das ganze Land verteilten Flughäfen und Landebahnen lassen sich die großen Distanzen in Norwegen recht bequem mit dem Flugzeug überbrücken, und auch entlegene Orte sind relativ rasch und leicht zu erreichen. Das wichtigste Luftverkehrskreuz ist Oslo, bedeutende Regionalflughäfen befinden sich in Bergen, Trondheim, Stavanger, Bodø und Tromsø sowie in Alta für Nordkap-Touristen. Linienflüge werden von SAS (meist in Kooperation mit Widerøe), Widerøe und dem Billigflieger Norwegian angeboten.

REGISTER

A

B

C

D

E

P

Q

R

S

T

BILDNACHWEIS

AKG S. 413
AWL Images/Norbert Eisele-Hein S. 174
Bildagentur Huber/Gräfenhain S. 208
DuMont Bildarchiv/Udo Bernart S. 3 o., 11 o.re., 15, 47 o., 54, 60, 64 o., 83, 180, 195, 245, 249, 255 o., 284, 291, 305, 315, 334, 337, 439, 441 u.
DuMont Bildarchiv/Gerald Hänel S. 2, 3 u., 7, 12/13, 16/17, 20/21, 23 o., 24/25, 29, 45, 47 u., 64 u., 73, 81, 142/143, 186, 198/199, 207, 238/239, 296, 349, 358, 381 o., 409, 473
DuMont Bildarchiv/Thomas Härtrich S. 481
DuMont Bildarchiv/Olaf Meinhardt S. 23 u.
DuMont Bildarchiv/Modrow S. 137, 165 o., 241, 293, 349, 353
DuMont Bildarchiv/Nowak S. 51, 69, 84, 99, 102, 108, 122 o., 122 u., 127, 130, 150, 160, 219, 271, 301, 315, 318, 327, 469 u., 496
DuMont Bildarchiv/Ola Røe S. 27, 40, 444, 455 u.li., U7
Feltes-Peter S. 86, 268
Getty Images/Cody Duncan S. 19 u.
Getty Images/Dorling Kindersley S. 455 Mitte
Glow Images S. 222/223
Glow Images/Deposit S. 216, 262
Huber (BA)/Gräfenhain S. 381
Huber/Schmid S. 95
Hurtigruten S. 116, 204
IFA-Bilderteam S. 212
Innovation Norway/Frode Sandbeck S. 2, 8/9
Interfoto S. 435
iStockphoto S. 422
laif S. 163, 400, 403
laif/Arcticphoto S. 165 u., 379, 463
laif/Fautre/Le Figaro Magazine S. 32
laif/Le Figaro Magazine S. 146
laif/Max Galli S. 229, 365, 369
laif/Hemispheres S. 469 o.
laif/Julien Garcia/hemis S. 156/157
laif/Bernd Jonkmanns S. 443
laif/Sanna Lindberg/PhotoAlto S. 455 o.li.
laif/Andre Luetzen S. 387
laif/Max Galli S. 365
laif/Thomas Haugersveen/VU S. 427
laif/Joerg Modrow S. 249
Roberto Moiola/robertharding S. 308/309
laif/Hardy Mueller H. S. 458
laif/Quidu/Le Figaro Magazine S. 420
laif/Wallet/Le Figaro Magazine S. 453
mauritius images/age S. 111
mauritius images/Alamy S. 11 u.
mauritius images/CuboImages S. 465
mauritius images/ib/Christian Handl S. 454
mauritius images /Norimages/Alamy S. 5, 281
mauritius images/Trond Hillestad S. 233
mauritius images/Bard Loken S. 288, 342/343
mauritius images/Tsuneo Nakamura S. 375
Modrow, Jörg 271
Nowak S.148, 149, 201, 397
picture alliance S. 276
picture alliance/Duval Cyril S. 292
picture alliance/Härtrich/Transit S. 76
picture alliance/Huber/Gräfenhain S. 107, 119
picture alliance/Trond H. Trosdah S. 433
shutterstock/ Danne_l S. 264
shutterstock/ Ana Flasker S. 322
shutterstock/Paul D. Smith S.461
Stockshots.no/Innovation Norway S. 19 o.
Transit/Thomas Härtrich S. 56, 115
© VG Bild-Kunst, Bonn 2017 S. 349
Whalesafari Andenes, Lundqvist/Bjønnes, www.whalesafari.no S. 371

Titelbild: Thomas Linke/laif

VERZEICHNIS DER KARTEN UND GRAFIKEN

ATMOSFAIR

Reisen verbindet Menschen und Kulturen. Doch wer reist, erzeugt auch CO_2. Der Flugverkehr trägt mit bis zu 10 % zur globalen Erwärmung bei. Wer das Klima schützen will, sollte sich nach Möglichkeit für die schonendere Reiseform entscheiden (wie z.B. die Bahn). Gibt es keine Alternative zum Fliegen, kann man mit atmosfair klimafördernde Projekte unterstützen.
atmosfair ist eine gemeinnützige Klimaschutzorganisation unter der Schirmherrschaft von Klaus Töpfer. Flugpassagiere spenden einen kilometerabhängigen Betrag und finanzieren damit Projekte in Entwicklungsländern, die den Ausstoß von

nachdenken • klimabewusst reisen



Klimagasen verringern helfen. Dazu berechnet man mit dem Emissionsrechner auf **www.atmosfair.de** wieviel CO_2 der Flug produziert und was es kostet, eine vergleichbare Menge Klimagase einzusparen (z.B. Berlin – London – Berlin 13 €). atmosfair garantiert die sorgfältige Verwendung Ihres Beitrags. Alle Informationen dazu auf www.atmosfair.de. Auch der Karl Baedeker Verlag fliegt mit atmosfair.

IMPRESSUM

Ausstattung:
145 Abbildungen, 37 Karten und Grafiken, eine große Reisekarte

Text:
Dr. Christian Nowak, Rasso Knoller

Bearbeitung:
Baedeker-Redaktion (Rainer Eisenschmid)

Kartografie:
Franz Huber, München
Klaus-Peter Lawall, Unterensingen, MAIRDUMONT Ostfildern (Reisekarte)

3D-Illustrationen:
jangled nerves, Stuttgart

Infografiken:
Golden Section Graphics GmbH, Berlin

Gestalterisches Konzept:
RUPA GbR, München

Chefredaktion:
Rainer Eisenschmid, Baedeker Ostfildern

13. Auflage 2022
© MAIRDUMONT GmbH & Co KG, Ostfildern

Der Name Baedeker ist als Warenzeichen geschützt. Alle Rechte im In- und Ausland sind vorbehalten. Jegliche – auch auszugsweise – Verwertung, Wiedergabe, Vervielfältigung, Übersetzung, Adaption, Mikroverfilmung, Einspeicherung oder Verarbeitung in EDV-Systemen ausnahmslos aller Teile des Werkes bedarf der ausdrücklichen Genehmigung durch den Verlag.

Anzeigenvermarktung:
MAIRDUMONT MEDIA
Tel. 0049 711 4502 333
Fax 0049 711 4502 1012
media@mairdumont.com
http://media.mairdumont.com

Trotz aller Sorgfalt von Redaktion und Autoren zeigt die Erfahrung, dass Fehler und Änderungen nach Drucklegung nicht ausgeschlossen werden können. Dafür kann der Verlag leider keine Haftung übernehmen. Infolge der Corona-Pandemie kann es darüber hinaus zu kurzfristigen Geschäftsschließungen und anderen Änderungen vor Ort gekommen sein.
Kritik, Berichtigungen und Verbesserungsvorschläge sind jederzeit willkommen. Schreiben Sie uns, mailen Sie oder rufen Sie an:

Baedeker-Redaktion
Postfach 3162, D-73751 Ostfildern
Tel. 0711 4502-262
www.baedeker.com
baedeker@mairdumont.com

Printed in China



BAEDEKER VERLAGSPROGRAMM

Viele Baedeker-Titel sind als E-Book erhältlich.

A
Ägypten
Algarve
Allgäu
Amsterdam
Andalusien
Australien

B
Bali
Baltikum
Barcelona
Belgien
Berlin · Potsdam
Bodensee
Böhmen
Bretagne
Brüssel
Budapest
Burgund

C
China

D
Dänemark
Deutsche Nordseeküste
Deutschland
Dresden
Dubai · VAE

E
Elba
Elsass · Vogesen
England

F
Finnland
Florenz
Florida
Frankreich
Fuerteventura

G
Gardasee
Golf von Neapel
Gomera
Gran Canaria
Griechenland

H
Hamburg
Harz
Hongkong · Macao

I
Indien
Irland
Island
Israel · Palästina
Istanbul
Istrien · Kvarner Bucht
Italien

J
Japan

K
Kalifornien
Kanada · Osten
Kanada · Westen
Kanalinseln
Kapstadt · Garden Route
Kopenhagen
Korfu · Ionische Inseln
Korsika
Kos
Kreta
Kroatische Adriaküste · Dalmatien
Kuba

L
La Palma
Lanzarote
Lissabon
London

M
Madeira
Madrid
Mallorca
Malta · Gozo · Comino
Marrokko
Mecklenburg-Vorpommern
Menorca
Mexiko
München

N
Namibia
Neuseeland
New York
Niederlande
Norwegen

O
Oberbayern
Österreich

P
Paris
Polen
Polnische Ostseeküste ·Danzing · Masuren
Portugal
Prag
Provence · Côte d'Azur

R
Rhodos
Rom
Rügen · Hiddensee
Rumänien

S
Sachsen
Salzburger Land
Sankt Petersburg
Sardinien
Schottland
Schwarzwald
Schweden
Schweiz
Sizilien
Skandinavien
Slowenien
Spanien
Sri Lanka
Südafrika
Südengland
Südschweden · Stockholm
Südtirol
Sylt

T
Teneriffa
Thailand
Thüringen
Toskana

U
USA
USA · Nordosten
USA · Südwesten
Usedom

V
Venedig
Vietnam

W
Wien

Z
Zypern

Meine persönlichen Notizen



10 SOUVENIRS

10 Dinge und Erinnerungen, die ich mitnehme …

1.
Ein ganz neues Gefühl von **Natur, Weite und Einsamkeit**

2.
Ein Stück **Geitost**, weil er so schön am Gaumen klebt. Und natürlich den passenden Käsehobel dazu.

3.
Einen **getrockneten Fisch**, damit es auch zu Hause das typisch norwegische Weihnachtsessen Lutefisk geben kann

4.
Für den nächsten Winter einen echten **Norwegerpullover**

5.
Die Sehnsucht nach den unendlichen Tagen zur Zeit der **Mitternachtssonne**

6.
Das Gefühl, dass es vielleicht doch Trolle gibt

7.
Den **majestätischen Anblick** der Schwanzflosse eines Pottwals beim Abtauchen

8.
Ein Glas **Moltebeeren-Marmelade**, denn die schmeckt mit Schlagsahne auch zu Hause göttlich.

9.
Eine Flasche **Linie Aquavit**, um in Erinnerungen zu schwelgen und den Lutefisk herunterzuspülen

10.
Den Wunsch, wiederzukommen und dann mehr Zeit zu haben

BAEDEKER

HIER ZIEHEN!

N

NOR-
WEGEN

EASY ZIP

»EIN BUCH, DAS IN JEDEN GEHROCK PASST!«

abenteuer und reisen

Wussten Sie, dass 60 Flaschen französischer Rotwein bei keiner Nilkreuzfahrt fehlen sollten? Oder dass man auf eine Indienreise sein eigenes Waschbecken mitnehmen sollte? Nein? Dann wird es Zeit für die interessantesten Fundstücke und skurrilsten Anekdoten aus den ersten 100 Jahren der »Handreichungen für Schnellreisende« von Karl Baedeker. Interessanter, origineller und unterhaltsamer als mit dem Erfinder des Reiseführers lassen sich die Anfänge unseres heutigen Tourismus nicht erleben.



Baedeker's Handbuch für Schnellreisende
Ausgewählt und kommentiert von Christian Koch, Philip Laubach und Rainer Eisenschmid
Mit einem Vorwort von Hasso Spode und einem Nachwort von Rainer Eisenschmid
DuMont Reiseverlag / Karl Baedeker Verlag
384 Seiten
Hardcover, zahlreiche Illustrationen, Farbschnitt
€ 17,95 (D) / 19,50 (A) / 25,90 (CH)
ISBN: 978-3-7701-6686-2



10 SOUVENIRS

BAEDEKER ÜBERRASCHENDES

10 Dinge und Erinnerungen, die ich mitnehme ...

1.

Ein ganz neues Gefühl von **Natur, Weite und Einsamkeit**

2.

Ein Stück **Geitost**, weil er so schön am Gaumen klebt. Und natürlich den passenden Käsehobel dazu.

3.

Einen **getrockneten Fisch**, damit es auch zu Hause das typisch norwegische Weihnachtsessen Lutefisk geben kann

4.

Für den nächsten Winter einen echten **Norwegerpullover**

5.

Die Sehnsucht nach den unendlichen Tagen zur Zeit der **Mitternachtssonne**

6.

Das Gefühl, dass es vielleicht doch Trolle gibt

7.

Den **majestätischen Anblick** der Schwanzflosse eines Pottwals beim Abtauchen

8.

Ein Glas **Moltebeeren-Marmelade**, denn die schmeckt mit Schlagsahne auch zu Hause göttlich.

9.

Eine Flasche **Linie Aquavit**, um in Erinnerungen zu schwelgen und den Lutefisk herunterzuspülen

10.

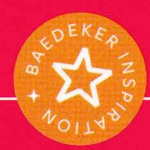
Den Wunsch, wiederzukommen und dann mehr Zeit zu haben



BAEDEKER

NORWEGEN

DIE BESTEN SEITEN VON ÅLESUND BIS VOSS







Inspirierende Hintergründe und neue Sichtweisen. Lesen Sie faszinierende Geschichten, die man sonst eher selten zu hören bekommt.

Überraschende Erlebnisse warten auf Sie. Entdecken Sie das Besondere, Orte zum Durchatmen und einfach Unbezahlbares.

Magische Momente bringen Sie ins Schwärmen. Kommen Sie zur rechten Zeit an den richtigen Ort und erleben Sie Unvergessliches.

NEU MIT DER PRAKTISCHEN KARTE EASY ZIP

baedeker.com




ISBN 978-3-8297-4720-2
9 783829 747202
€ 24,95 [D]
€ 26,95 [A]